

心理学：心里有事 or 心里有病？

大家好，我是让学习变得更快乐的张雪峰老师，欢迎各位考生和家长继续跟着张老师来了解我们本科志愿填报当中的那些本科专业。

今天要给大家介绍的专业，叫做心理学。心理学在研究生阶段是属于教育学和理学，但是在本科阶段，它是属于理学。但虽然说它是理学，但是在很多省份，在选科要求上，其实并不做相应的选科要求的。

就是它不像说正常的理工类的专业，要求你学物理什么的。这个专业是很多学校都不会要求，但是有的学校会要求。所以说大家在最后报志愿的时候、选择的时候，一定要注意一下。

那么很多孩子他自己是比较想学心理学的，因为他觉得，我这个人平时同学有事都愿意跟我沟通，就觉得自己能够去帮助同学分析一些生活上的问题、心理上的问题。

但实际上这个专业学的内容跟我们想象的东西是有些不太一样的。我们今天就来给大家讲一下心理学到底是干什么的，以及未来我们在选择的时候该怎么去选。



加载中...

跟往常一样，我们首先给大家推荐两本跟心理学是有关系的书，一本就是《登天的感觉》。你看它的副标题就知道了，叫做我在哈佛大学做心理学的咨询。

岳晓东是我国第一个哈佛大学的心理学的博士。他在哈佛大学读博士的时候是要在哈佛大学心理咨询室当心理老师的。这本书中举了 10 个案例，都是心理咨询的问题。

这本书我觉得非常有意思，他在强调一点，就是你心里有事跟你心里有病是完全两个不同的概念。当你的心理得到一些疾病，比如抑郁症的时候，这个时候心理咨询师很有可能就帮不了你了。这个时候你可能就得去看医生了，你要吃一些药了。

但心理咨询是用一些谈话、沟通的一些方式来帮助这个人解决相应的问题。所以说，如果你将来想学心理学，当心理咨询师，你看看左边这本书，叫《登天的感觉》。

右边这本书，叫《我在精神病院抗抑郁》。这个作者叫做左灯，他写这本书就是因为他自己得了抑郁症。得了抑郁症以

后，抑郁症到一定程度的时候，会有一个不太好的想法，叫自杀。家里面发现以后，很有可能就要去精神病院看病。

他在精神病院里边是住过一段时间的，就是他给你写，我在精神病院里面遇到的一些事情，我是怎么从抑郁症当中一步一步走出来的，这本书也是挺好的。所以说，大家如果对心理学感兴趣，来看一下这两本书。

心理学包括那些专业：

0711 心理学	
071101	心理学（可授理学或教育学学士学位）
071102	应用心理学（可授理学或教育学学士学位）
研究生阶段也是教育学或者理学学位	
部分高校会要求选物理，但是有此要求的学校并不多，而且争议很大	

加载中...

心理学在本科专业目录当中是有两个本科专业的，一个叫心理学，一个叫应用心理学。后面我们看到了可以授予教育学学位，也可以授予以理学学位。不同学校授予的学位是不一样的，有的学校会做选课要求，但是这样要求的学校并不多，而且争议很大。

因为这个专业你说它有没有一些数学，包括物理这方面的内容？有，但不像说其他专业那么多。

心理学专业介绍：

心理学是一门研究人类心理现象及其影响下的精神功能和行为活动的科学，兼顾突出的理论性和应用（实践）性。

心理学包括基础心理学与应用心理学，其研究涉及知觉、认知、情绪、思维、人格、行为习惯、人际关系、社会关系，人工智能，IQ，性格等许多领域，也与日常生活的许多领域——家庭、教育、健康、社会等发生关联。心理学一方面尝试用大脑运作来解释个体基本的行为与心理机能，同时，心理学也尝试解释个体心理机能在社会行为与社会动力中的角色；另外，它还与神经科学、医学、哲学、生物学、宗教学等学科有关，因为这些学科所探讨的生理或心理作用会影响个体的心智。实际上，很多人文和自然学科都与心理学有关，人类心理活动其本身就与人类生存环境密不可分。

心理学家从事基础研究的目的是描述、解释、预测和影响行为。应用心理学家还有第五个目的——提高人类生活的质量。这些目标构成了心理学事业的基础。

加载中...

心理学是一门研究人类心理现象，及其影响下的精神功能的的行为活动的科学，兼顾突出理论性和它的应用性。心理学包括像记录心理学、应用心理学，其研究涉及到知觉、认知、情绪、思维、人格、行为习惯、人际关系等等。

大家注意看下边最后的这句话，它的基础研究的目的是要一描述、二解释、三预测、四影响相应的我们人类的行为。还有第五个目标，就是提高人类的生活质量。这些目标构成了心理学事业的基础。它是一个可以研究的学科，但是它也是有一定的应用性的。

心理学的研究方向：

发展心理学：研究人从胎儿出生到年老死亡的成长和发展的全过程。

性别心理学：研究男性与女性之间的差异，探索生理因素、儿童抚养过程、教育、社会刻板印象等各种因素对性别差异的影响。

社会心理学：研究涉及态度、说服、骚乱、顺从、领导行为、种族歧视、友谊、婚恋等问题。

临床心理学：主要研究心理健康和心理疾病。

加载中...

它主要分成这么一些方向。比如说发展心理学，就是研究从胎儿出生到年老死亡的成长和发展的过程，心理上的一些变化。

包括像性别心理学研究男性和女性之间的差异，探索一些生理因素，儿童抚养的过程，教育、社会、科学、影响等各种因素。比如说男孩你该怎么养，女孩你该怎么养。比如说家里边的孩子青春期，男孩可能会有什么的心理，女孩可能会有什么的心理，叫性别心理学。

还有社会心理学，研究涉及到态度、说服、骚乱、顺从、领导行为、种族歧视等等问题，这种叫社会心理学。

还有临床心理学，主要就是我们说的心理疾病这些方面的内容。

学前儿童心理学：学前儿童心理学是研究从出生到入学前的儿童心理发生发展规律的科学。

犯罪心理学：研究犯人的意志、思想、意图及反应的学科

精神分析：着重于精神分析和治疗，并由此提出了人的心理和人格的新的独特的解释。

消费心理学：总结消费心理经验，预测消费行为

人力资源管理心理学：岗位与心理学的测试。比如什么样的人创业更容易成功。

加载中...

后面我们还会发现，它还包括像学前儿童心理学。学前儿童心理学是研究从出生到入学前儿童心理发生、发展规律的科学。

还有犯罪心理学，很多政法大学里面会有这样的一个专业，叫犯罪心理学。它研究犯人的意志、思想、意图，以及反应的一些学科。比如说你在审一个犯人的时候，他跟你说的是真话，还是假话。

精神分析着重于精神分析和治疗，并且由此提出了人的心理和人格新的独特解释。

消费者心理学，总结消费心理经验来预测消费行为。关于消费心理学有一本书也非常有意思，叫做《怪诞行为学》。

这本书是被誉为叫奸商必备。我看过这本书，真的挺有意思的，它会告诉你，商家怎么样用心理学的方式来设置商品的价格，来设置一些服务的设置，很有意思，去分析消费者购买一个商品的心理到底是什么样的。

还有一个主要的方向，叫人力资源管理心理学，就是岗位与心理学的一个测试。比如说什么样的人创业更容易成功。这个是我在北大上研究生的时候，我们老师就在做这样的课题。

当时我们老师是本科学心理学的，研究生转到了管理的方向。他们就研究什么？创业成功的人大概在心理性格上会有一个什么样的特点。很多现在投资机构都在用这个东西。

他就给那些创业者去做一些心理测试的题，来看一下这个人他在抗压能力上，这个人在面对一些困难，包括像有的时候可能遇到一个比较好的情况，这个人会怎么样。他大概率会做出—

个什么样的行为，来判断这个人创业是否能够成功，这个就是人力资源管理心理学的一个方向。

比如说学会计的人，大家发现学会计的人，一个比较好的财务跟一个比较好的市场和销售，很有可能是在心理学这方面是不太一样的，对于外界的表象是不太一样的，所以这个叫做人力资源管理心理学。

你会发现他一直在用心理学当成一个什么？当成一个工具，而不是一个纯的技能。所以说这个分的方向还是很多的。

就业前景：

第一，普通高校。这是心理学研究生毕业以后的主要去向。高校对于学生的心理健康问题越来越重视，纷纷开设心理学的公共课，心理学硕士担任起高校心理公共课的老师。就业起点：硕士、博士

第二，公务员。招心理学研究生作公务员的一般是公安系统：公安局、劳教所、监狱、边检站等都是可能的去处。以及其他。

第三，企业。心理学研究生去企业主要从事猎头(人才中介)、企业咨询和人力资源管理。心理学研究生和人力资源管理专业的学生不同，心理学学生倡导人性化的管理，与人力资源管理的学生有所互补。

加载中...

毕业以后就业前景是这样的，它可以有几种就业的途径。

第一、去普通高校。这是心理学研究生毕业以后的主要去向。高校对于学生的心理健康问题是越来越重视的。比如我们动不动就会发现网上有这样的新闻，说哪一个大学的哪个研究生可能在学校里边就自杀了，或者怎么样的。

所以说学校里边现在对这个事情也很重视，纷纷开设心理学的公共课，心理学硕士担任起高校心理公共课的老师。就业起点

的学历是比较高的，最起码是硕士。你要到一个大专院校就业最起码是硕士，要到一个本科院校就业最起码得是博士。

第二、就是公务员。招心理学研究生做公务员的一般是公安系统。刚才我们说过，比如说你在审问罪犯的时候，如果说你学一些心理学，确实是很有帮助。比如像公安局、劳教所、监狱、边检站，都是有可能的去处。

第三、就是企业。心理学主要去企业从事的是猎头，就是人才中介、企业咨询和人力资源管理。心理学研究生和人力资源管理专业的学生不同，心理学学生倡导人性化的管理，与人力资源管理的学生是有所互补的。

大家要知道，如果说人力资源管理，它这个专业是比较偏向于什么？比如说招聘、培训，就是一些具体的人力资源管理的工作。

但是什么样的人适用于什么样的岗位，你如何去调动员工的积极性，这些方面是心理学所研究的东西，它跟纯的人力资源管理还是有所不同的，所以说它们是互补的。

第四，中小学。一般招的是本科生，其心理咨询部门主要是作为“花瓶”来应付教育部门的检查，所以前途不被看好，加上收入较低，一般研究生是看不上的，除非找不到工作，一般是不予考虑。

第五，心理咨询工作者。国内现状来看，单纯从事心理咨询工作未必能够维持一定的生活水准，要想有外国同行的薪水有待去开拓。

第六，医院和诊所。学习临床心理学和医学心理学的学生，可以去医院或心理诊所从事心理咨询和治疗的工作，但是以中国现今对心理医生的需求，再加上去医院需要有行医执照，难度比较大。

总结：看似啥都能干，但是好像啥都干不了。实际情况是就业很难。

加载中...

第四，就是中小学。这种中小学一般是招本科生。其心理咨询部门主要是作为花瓶，来应付教育部门的检查，所以说前途现在不太被看好。他还不像说是你当中小学老师，你是一个学科的。比如你辅导小学语文。

因为现在心理学的问题也是除了大学生，社会上的人士，其实中学生和小学生也是需要的。现在教育主管部门也是要求各个中小学都要建自己的心理咨询室。有心理咨询室可能从业条件就是你得学心理学专业。

因为在中小学里面收入是相对比较低，所以研究生一般看不上。但是除非找不到工作，一般是不予考虑。这种工作看起来是比较稳定，但是因为不是学科辅导，未来长线发展可能没有那么好。

第五、就是心理咨询工作者。目前国内现状来看，单纯从事心理咨询工作未必能够维持一定的生活水准。如果说想要有外国同行的薪水是有待于去开拓的。

其实在国外心理咨询是一个非常热门的职业，或者说是一个非常高薪的职业。他们在国外做心理咨询都是按小时来收费的。今天你要找我聊天聊一个小时，我来分析一下来缓解你心里的一些压力，来缓解你一些心理的焦虑，可能我要一个小时收费不菲的价格，而且在国外看心理医生是一个很正常的事情。

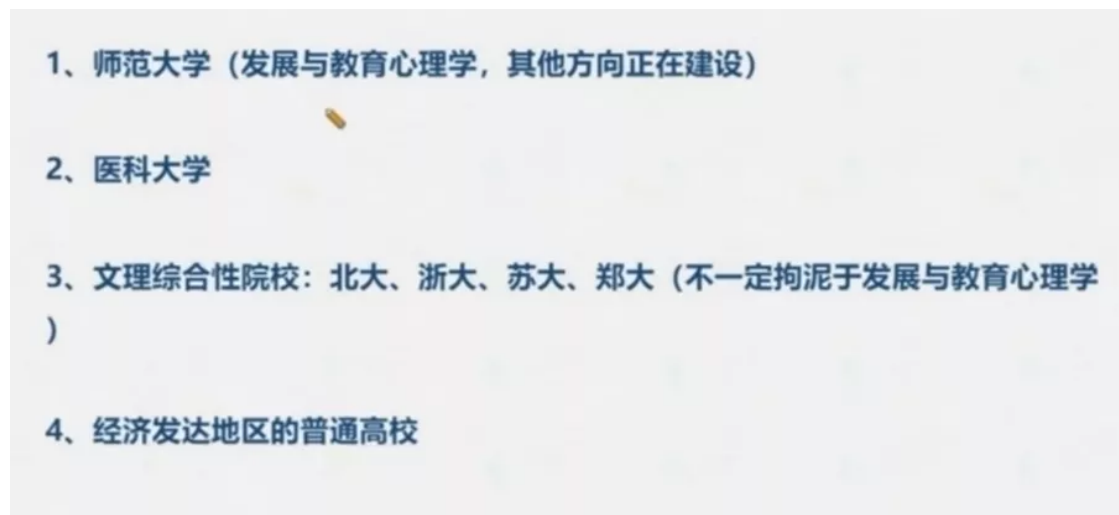
但是在国内你会发现，看心理医生人数并不是很多。其实目前我们生活压力这么大，如果说一个人还有这样的余力去看心理医生吗？这种人现在目前在国内不是特别多，所以说现在国内现状心理咨询工作者的情况不是特别的好。

第六，就是相应的医院和诊所。学习临床心理学和医学心理学的学生可以去医院，或者是心理诊所从事心理咨询和治疗的工作。但是以中国现今对于心理医生的需求，再加上去医院需要有行医执照，所以说难度也是比较大的。

大家知不知道像一些医院的精神科，精神科其实是有专门的一个专业，叫做精神医学，但是心理学也是其中的一个辅助手段。所以说医科大学也收心理学，在招生的。

总结下来，你就会发现心理学专业好像看似啥都能干，但是好像也啥都干不了。实际情况这个专业就业不是特别的理想。你要想靠这个去收钱，并且能过上一个还不错的生活，这个专业其实是挺难的。

院校推荐：



加载中...

如果大家想学心理学，主要是有这么几种学校给大家推荐。

第一种，就是师范大学。心理学在研究生阶段分成基础心理学、应用心理学和发展与教育心理学。师范大学强的地方其实

主要是在发展与教育心理学。所以，如果大家在网上看过一些心理学的排名，你会发现师范大学的排名普遍比较靠前。

比如像心理学可能北师大是第一名，然后华东师大，各种师大排名比较靠前一些。它为什么排名比较靠前？就是原来我们给大家讲排名的时候给你们说过。

如果说你按照一级学科排名，它是把下面所有的专业的论文水平都要给你往上算。其他文理综合院校没有发展与教育心理学，就差了一大块。所以说你会发现师范大学的心理学排名普遍排名比较靠前。但是它的应用方向是发展与教育心理学，其他应用方向其实并不是特别的好。

第二种招生院校，就是医科大学。医科大学也会有相应的心理学。比如说治疗一些失眠、抑郁症。但是如果说你想进医院，想去看病，你就又得有执业医师资格证，所以说有点诡异。因为确实心理学毕业你进医院，你也进不了。除非医院有这样的心理咨询室，但是你不是大夫，你没有资格给人开药。

因为正常有心理学问题，就比如心理咨询。刚才我说心里有事和心理有病是不一样的。

比如说刚才我给大家介绍那两本书，里面有一本书不是《登天的感觉》吗？中间有一个学生是出现什么状况呢。他宿舍同学自杀了。

他宿舍同学自杀前一天晚上还找他，说我今天心情不好，你能不能跟我聊聊天？这个人说，不好意思，我有事。他那个同学就说，你有事就算了。回到自己的房间，当天晚上就自杀了。你想这个同学心理压力得有多大？

这个时候他需要的是心理咨询，要做的是心理创伤。他需要吃药吗？他不需要吃药，这个叫心理咨询。

但是现在假如拿我来举例子，现在我工作压力比较大，我生活压力比较大，家庭压力比较大，我都已经抑郁了，这个时候我可以去吃药来控制病情。学心理学的人能给我开药吗？开不了药。所以，这就是我们说医科大学心理学的小尴尬。

第三类招生院校主要就是文理综合性的院校，比如说北大、浙大、苏大、郑大这种学校。这种学校有个很大的特点，我们给大家之前的课程当中也介绍过，就是文理综合院校，它最大的特点就是地名加上大学或者学院。

这种学校因为它不一定是师范大学，所以说它不拘泥于发展与教育心理学。还是有其他的一些心理学的应用方向的，但是仅限于它的应用方向。你说具体它能干什么，也不好说，所以说它很杂。

比如说学心理学，后来研究消费者心理学，做销售去了，这个也很正常。因为一般情况下公司里边没有一个岗位说，我只招心理学的。它只是一个工具，它可能还不算是一个技能。

第四、大家可以考一些经济发达地区的普通高校。就是说这个专业毕竟将来很有可能就是学这个，不一定干这个，会把它当成一个工具。就跟英语一样，它是一个工具。你说它是一个技能吗？

如果说你要当心理咨询师和心理医生，这个可能是一个技能。但是大多数都是把它当成工具，就业的时候因为就业对口性比

较差，所以说大家也要考虑到将来找工作经济发展的问题。

考研小贴士：

【学术硕士】

政治、英语、心理学综合（心理学导论、发展与教育心理学、心理统计与测量、实验心理学）

【专业硕士】

政治、英语、心理学综合（心理学导论、人格心理、发展心理、临床心理、变态心理、社会心理、管理心理）

加载中...

如果说你要考研，心理学跟其他专业一样，也是分成两种。一种叫做学术硕士，一种叫做专业硕士。学术硕士要考心理学综合。大家看到我们给大家列出来的这几个专业课，心理学导论、发展与教育心理学、心理测量与统计、实验心理学，这都是我们考研要考的专业课。所以大家如果学了这个专业以后，千万别忘了在这四个专业课上要努力下功夫。

如果说你要考专业硕士，叫应用心理硕士。应用心理硕士考的也是心理学综合，但考的内容你会发现，跟学术硕士是不太一样的。包括心理学导论、人格心理、发展心理、临床心理、变态心理、社会心理、管理心理等等。考的就相对比较综合。因为它是相对于偏应用型的。

你的大学该如何度过：

- 1、认清心理学设分的方向，搞清楚自己将来到底想干嘛（比如要不要到学校心理咨询室去平平无奇）
- 2、心理学是工具、还是技能？？？
- 3、如果想换地区，换学校，时刻做好考研的准备。
- 4、对自媒体要了解一下（神秘的心理学、神秘的星座、神秘的人心）
- 5、想办法形成自己的一套心理学体系（色彩心理学）

加载中...

给你几个建议，第一、就是认清心理学所设分的方向。你要搞清楚自己将来到底想干什么，比如说你自己要不要到学校的心理咨询室去？因为你到学校的心理咨询师稳定是稳定，但是将来的收入可能不会特别的高。

你要知道你这个专业未来就业的方向，以及自己将来到底想干什么，因为专业就业对口率真的不是特别的高。

第二、就是心理学你要把它当成一个工具，还是一个技能？大家要想明白。如果说你要当成技能，就是专职于心理学这方面的工作。你要当心理学是一个工具，其实你跨行业的可能性就比较大了。

第三、如果说你要是想换地区、换学校，因为大家毕竟有的人可能当年高考的时候成绩不是特别好，你可能考了一个不是特别好的经济发展地区，学校可能也没有那么好，如果说你要想换地区、换学校，时刻要做好考研的准备。

第四、你要对自媒体了解一下。这个专业很好玩，心理学这个专业在自媒体上是非常非常火的。现在社会上的年轻人非常火

的一个微信公众号，叫同道大叔。就是开始搞这种各种各样的心理学。

因为人有的时候真的就太焦虑了，在这个社会上真的大家都会觉得特别焦虑，每个人都有自己的烦心事。当你看一些心理学的书，或者看一些微信公众号的文章去分析某一类人的时候，你多多少少会觉得他分析的是有道理的。

比如说前两天我看了一个微信公众号文章，说有的人他为什么要拼命的挣钱？也许是因为他小时候穷怕了。他给你一顿分析，我一想，好像我是有这样的感觉。就是会有这样的一个情况出现，大概你经常看到一些心理学账号的时候，包括一些文章的时候，你会觉得他说的有道理。

所以说，现在很多自媒体的账号去分析各种各样的心理学现象。比如说星座，就是说狮子座的人什么样，这个星座和哪个星座不合，这个星座是一个什么样的人。比如说处女座就强迫症，天蝎座特别腹黑，金牛座特别的抠。

我就是那种特别抠的所谓的金牛座，但是跟我接触的人从来不会觉得我抠。但是他们就会说，金牛座的人怎么样。这个很多人看，尤其是女生。包括各种各样的心理，比如神秘的人心，什么样的人性格什么样，原生家庭对于一个人的影响。

现在经常会说这样一句话，叫原生家庭。我估计家长都听说过。还有很多所谓的家庭教育的老师说原生家庭，比如各位家长如果说，当年你在小时候曾经打骂过孩子，孩子长大后怎么样，说这是家长的问题。现在很多年轻人也会说，我现在发展不好，就是我当年原生家庭不好怎么样。

我给大家举个例子，拿我来举例子。我原生家庭就不好，我原生家庭特别的穷，我爸我妈从小也打我。我那时候考试，要是没考到全班前三名，我回家就得挨揍。距离第三名差几名，你回家就挨打几个嘴巴子，当时我就是这个样子。

你说我小时候也挨揍，我原生家庭条件也不好，我爸妈总打我，但是性格我不觉得我现在是有缺陷的。我也没有说因为我爸妈打我，我就恨我爸妈，我该孝敬父母还是孝敬父母，该孝敬长辈还是孝敬长辈。

有的时候我就会说，这可能是大家现在自己没有混好，给自己找到一个借口。这是我平时对于这种的说法。

但是确实是在社会上有很多的人就会有各种各样的心理学问题，所以说你会发现，如果说孩子们学了这个专业以后，可以往这个方向上去走一走，去分析一下，去做一些自媒体的账号，将来做一个比较好的自媒体账号的博主也很好。

第五、如果说孩子们学了专业，一定要让他们想办法形成一套自己的心理学的体系。有一个主持人他搞了一个东西，叫色彩心理学。它其实是什么？就是各种各样心理学的分支，他自己去学了一下，分析了一下，他自己提出了一个自己心理学的一个体系。

我给大家举个例子。比如说像家庭教育，原来是没有自己的一个体系的，你看到这个人的一些观点，看到那个人的一些观点。你发现这个甲的观点有的你认同，有的你不认同。乙的观点有的你认同，有的你不认同。那你把这些人你认同的观点捏起来，形成一个自己的体系。

像色彩心理学，就是黄色的人怎么样，红色的人怎么样，蓝色的人怎么样？人就是这样。因为人他一旦吃饱了、喝足了以后，他就会在想一个问题，我到底是谁？我将来怎么生活的更幸福。

心理学这种问题在贫穷年代你根本就不会有的。为什么？你不努力去种地，你就会饿死。就说句不好听的话，有点就吃饱了撑的感觉。但是现在我们确实吃得很饱，我们确实吃得很撑，饿不死人了，我们就得想，我人的价值，我怎么能生活得更加幸福。

所以大家还记得我们刚才说，心理学有五个目的，最重要的目的就是提高人类的生活质量。所以说，如果孩子学了心理学以后，并且想从事心理学，一定要形成自己的一套体系。如果对自媒体感兴趣，对自媒体也要稍微了解一下。这样你将来就业的时候，你会发现大家都会觉得你是一个很有意思的人、很有想法的人。

这是关于心理学。总体来看，心理学这个专业就是我才所说的总结，也就是你看起来似乎啥都能干，但似乎也啥都干不了。如果说你要从专业到底好不好角度的角度来讲，我只能跟你说，它不是一个技能，它是一个工具。

如果你考了很高的分，要不要报这个专业，要想明白、想清楚。好不好？关于心理学我们就给大家讲到这里，咱们这节课就是这样，下节课再见，谢谢。