

最新自考前心得体会 月自考生考前心态调整妙招(通用5篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

自考前心得体会篇一

自考生要想在考试中发挥出最佳水平，除了要认真学习之外，还必须具备良好的心理素质。以下是百分网小编为大家整理的关于2016年10月自考生考前心态调整妙招，仅供参考借鉴，希望对大家有所帮助!想了解更多相关信息请持续关注我们应届毕业生考试网!

学员一般都会制定复习的计划，有计划的学员一般都会考得很好。但在实际复习时，没能按计划执行，导致准备不足，有些甚至连复习重点都没看完一遍。结果临考开始心慌、厌食、失眠，进而思维混乱、心情焦躁等，更加无法进入复习强化状态。

自学考试并非淘汰制，不要求学员高分才可，只要达到六十分就能合格。因此，有些考生便心存侥幸，认为只要考前随便看看书，差不多就可以通过了。这种侥幸心理和懈怠思想危害很大，自考是正规的考试制度，考察的是学员的实力而非运气。它一旦产生，便会造成恶劣的后果。所以，考生要引以为戒，端正学习态度，不能把希望寄托在碰运气上。

不准正确的评估自己，是确保考试中正常发挥的重要因素。考生平日估量自己的复习情况，多是借助于自我检测。在日常的自查中，有的学员成绩不稳定，便怀疑自己，过低的自

我评判，觉得考试一定会失利；有的考生正相反，对自己实力认定过高，甚至对自己的运气持有不切实际的幻想，对结果过于乐观。这两种心理，都会干扰复习情况，给考试带来负面影响。

大部分自考生是在职状态，得兼顾工作和学习，两者之间的安排稍不恰当，都会导致恶性循环。尤其是在考前，学员复习压力增大，更容易疲劳；有的学员甚至大量熬夜复习，使得大脑长时间疲劳，注意力无法集中，学习效率低下。这样过度疲劳，只会让学习质量更不佳，正常的工作、生活、学习节奏全部混乱不清。

这样的考生，面对困难和挫折时，适应性较弱；且容易患得患失，情绪不稳定。如有的考生因为地域原因、或者个人其他情况，获得的有关考试的各类信息或复习资料非常不足，只靠自己啃课本，总觉得困难重重，复习没有头绪，所以心理负担很重，复习进度缓慢。

自考前心得体会篇二

自考科目多而复杂，因此在考前需要做好分题整理。

在考前的攻坚阶段，如何运用快捷而有效的复习方法，无疑成为制胜法宝，简单的归纳一下考生在考试时，往往有这样的感觉：这道题明明见过，以为像这样的题目不会考，就没有细看。其实，书中有相应的内容，甚至内容和题目都没有变，但在复习时没能引起足够的重视。

为保证考前复习效果，大家不妨做好分题整理。

总结出题率高的题。在文科类课本中，根据内容和标题，有经验的考生一眼就能判断出哪些是简答题、哪些是论述题，

甚至选择题、填空题都能够看得出。那么，像这些内容往往是考试出题率较高的题目。

比如在复习《公共关系》第十二章第三节的第一个大问题“完善公众传播机制，推动社会主义民主政治建设”时，就可将内容总结为论述题。这样，大标题和若干小标题，就全部被总结到了一道论述题上。这既有利于记忆，又可以使知识具有整体逻辑性。简答题、选择题、填空题也要分别总结出题率较高的题目。这样，在考前两周内，再拿起笔记本复习时，就可针对题型背诵，到真正考试时就会做到游刃有余。

总结做错的题。做错的题目最能反映自己的薄弱处。不妨将之前做错的练习题、往年试题模拟题摘抄在一个本子上。看看是哪部分题错的较多。一般考生在多项选择题最容易错，这就要考前再重点复习，从而保证做错的题目不再错第二遍。随时复习、随时背诵、随时整理，考前争取在最短的时间内，做到有效复习。

自考前心得体会篇三

在拿到试卷的时候，可以先把考卷大致地看一遍，然后再答题；也可以直接按先后顺序答题。但不论怎样，面对试卷都要冷静，不要紧张，对于容易的、会答的题，先把他们答出来；而对于那些比较困难的、一时还把握不准的问题，可以先放下来。等到把容易的题全部答出来之后，再去思考那些较难的题。一定要避免出现一味地去思考、琢磨那些难题，把时间都浪费到这些题上，等到考试时间结束的时候，真正会答的题反而没有时间答了。

在答题时，一定要特别注意条理清楚，要点突出。对于问答题，应逐条答出。

(1) 多项选择题。多项选择题是最容易丢分的一种题型。这类题型一般有5个备选答案，正确的答案最少是2个，最多是5个。这类题型的得分标准是只有全对才得分，多选、少选、错选都不得分。考生在选择时，必须根据题意进行具体分析。有些多项选择题是提出一个问题，要求回答这个问题包括几项内容，对这些问题，要从整体上去分析；有些多项选择题是写出一个概念或问题，再以另外的方式或语言给出几个备选答案，对这类问题则需要采用排除法，把不符合题意的答案排除掉，剩下的可能就是正确答案。

(2) 单项选择题。这类考题一般是先提出一个问题或者写出一个不完整的句子，然后给出四个备选答案。在四个备选答案中，只有一个是正确的，要求考生把正确的答案选择出来。这种试题容量大、覆盖面广，不但能考核考生的记忆、理解能力，还可考核考生的判断、推理、分析、综合运用能力。回答单项选择题时，如果能准确地认定正确答案，说明考生知识掌握得比较牢固；如果不能准确地认定正确的答案，则需要采用排除法，即首先将错误的答案一一排除，逐步向正确的答案逼近，最后经过分析思考选择一个正确答案。

(3) 判断题。这类试题看似容易，实际上最容易出错。有些判断题，第一印象似乎正确，仔细分析，则会发现问题，因此对这类题不能掉以轻心。特别是对于那些问题出得十分肯定的判断题，更应该认真分析，这些问题常常是考核考生是否掌握了市场营销学基本概念和基本原理。如果考生概念不清，是容易判断错误的。

(4) 填空题。填空题主要是考核考生对市场营销学的基本概念、基本方法和基本规律的掌握程度。这类试题主要是凭考生的记忆来填充，也属于容易丢分的一类试题。有些考生在解答填空题时，仅对确切记住的考题进行填充，而对没有记住的考题则完全放弃，这也是一种比较机械的做法。实际上，对那些没有完全记住、或把握不准的考题，也不应该完全放弃，而应通过前后联系，结合所掌握的相关知识进行填充。

(5) 问答题。问答题主要是要求考生解答有关问题，包括有关概念的理解，有关理论的阐述等，这类试题侧重于考察考生的理解和记忆力。有些在教材中有现成的答案，有些则没有现成的答案，需要考生在分析的基础上概括解答。考生在解答这类问题时，一定要特别注意条理清楚，突出重点，回答充分。

(6) 名词解释题。名词解释题主要是考核对市场营销学基本概念的掌握程度。解释名词要力求准确、简明，但也不要遗漏一些基本内容，回答不全也会失分。

自考前心得体会篇四

第一步：制定学习计划，依自身情况而定，每晚2小时左右的学习时间！

第二步：分析往年试卷题型，确定考试范围，自考学习经验：决胜自考。如哪些内容考单选题、哪些内容考多选题、名词解释、简答题、论述题等。

第三步：依据学习计划，做好相关笔记，重点做好单选题、多选题笔记。

第四步：每天早晨与睡觉之前翻阅笔记，养成复习习惯，复习指导《自考学习经验：决胜自考》。

第五步：在考前1个月或半个月前，将所有笔记做好，然后开始全面系统的复习。

第六步：如果有相关配套试卷，可在一周之内将所以单选题、多选题做完，做对的跳过，做错滴做好相关笔记，然后反复复习。

依本人自考学习经验，以下为做好相关笔记的几点要求：

单选题：带“根本保证”、“基础”、“目的”、“最重要的手段或依据”、“先决条件”、“核心部分或要素”等只有一个准确答案的题型列为单选题！

多选题：将书本2点以上6点以下知识点的. 题型列为多选题，重点关注3——5点的知识点！7点以上的知识点可以不看！多选题也经常做为简答出题，两者互通！

简答题：将书本4——6个知识点的题型罗列出来，只标识几个知识点，复习时看到题型就能回忆起来，说明本题顺利通过。

论述题：将6——7点的题型罗列出来，只标识几个知识点，复习时看到题型就能回忆起来，说明本题顺利通过。建议只看6点的知识点，因为多了也记不来，在不偏题的情况下，论述题可以按自己的意思答题。

在考试答题时，建议一次性从头做到尾，把所有题型多答满，不对也没关系，答了老师多少会给点分，老师批试卷多了，到后面也只看有没有答，所以加分的机会比较高。

自考前心得体会篇五

买好教材后，先细看目录，分析各章节之间是什么联系，是总分总，还是总分分。目录如同骨架，先看清看全它，判别它是青蛙，还是恐龙。接着按章节翻看，弄清难易点各在何处，其大致比例如何。容易的，理解就行了；难的，先放一下，下一轮再看。

粗翻过程约40分钟，应略知这骨架哪儿是长耳朵的，哪儿是长尾巴的。

第2步：精看

粗看过后，大致印象有了，该精看了。从头到尾，一字不漏地看完。关键地方作标记，不懂的地方再放一下(注意：特指无承上启下作用的内容。若是无此内容就看不懂下问的，就必须硬着头皮去看)。精看好比把血肉填到骨架上。针对自考的特点，我一般不看大纲，因为我整本书都看了，把大纲的内容圈在了“缸”里——考试不就是缸里捞鱼捉虾吗。时间太紧时，我才看大纲挑重点。

第3步：笔看

精看后就要笔看，还是地毯式的轰炸。把该背该记的全部划下来，不理解的努力理解，该计算的赶紧掌握，并适当做点往年试卷。这时候脑子对整本书的脉络应当非常了解了，只是东西记不全罢了，这不着急，有时间背的。这一阶段好比把皮肤覆盖上，基本定下型来，只不过皮肤不怎么光滑。

第4步：记看

笔看一两天后便是记看。不必那么细的看了，赶紧记住那些有笔划的。到这一步，90%以上的内容应该基本记住了。记看就是把皮肤化装好并披上衣服——快要“成仙”了。

第5步：挑看

考试前一两天进行挑看。挑一些非常重要的东西(如何判别，一靠大纲，二靠往年试卷，三靠感觉)牢记，牢记，再牢记。这时看书已经到“越看越薄”的境界了，也就是给衣服系好了纽扣——恭喜你，你肯定及格了，如果还想考得更好，请看下一步。

第6步：乱看

利用考试前40分钟时间把整本书再过滤一遍，记不熟的内容再加深印象。这一步就是穿好衣服上“战场”——准备凯旋，请朋友吃饭吧。

方法有了，还缺什么呢？手要常翻，眼要常看，脑要常想，心要常记——不可不要哦。

再有补充一点的就是说，我个人认为多做些模拟试题还是有帮助的，虽然考试的试题我们不一定押得住，但是多做些题，就算考试的时候你没做过这题，但凭你平时的积累，也一定会写出内容的。

最后就是答题的时候，字迹一定要工整，主观题要有逻辑，卷面要整洁。其时很多阅卷老师很多都不看你答的是什么内容，因为要判的卷实在太多了。这个时候，卷面的分数和判卷老师对你的印象分就很重要了。