

自考本科心得体会(优秀5篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

自考本科心得体会篇一

报名时除了指定的教材外，还要准备一本质量较好的辅导书。一本高质量的辅导书能在较短的时间里让我们学到更多知识，这是毫无疑问的。

把书放在显眼醒目的位置，有空就拿出来翻翻。我对自己的要求是了解和记住书的大致内容和框架结构，掌握书本知识的内在条理性。

根据报考的课程门数多少，确定复习准备时间。如果工作确实很忙，建议考生一次考两门。如果觉得自己有精力，也可以报三四门。集中一个月时间来看书，对许多在职者来说是难以做到的。自考课程知识点庞杂，短时期内突破压力大、效果差。我用此法两次通过了三门课程，相对而言，一次报两门比较轻松。

考前15天进入冲刺状态，这段时间内，考生要尽量在8小时内完成工作，并减少应酬。当然在职考生还是要以工作为重，不要因自考而影响工作。

制订计划莫半途而废

冲刺期按5至6天看完一本书的进度，将教材分为5至6等份，一般教材只有300—400页。每天从晚上7：00开始看书，夜里1：00准时休息。

这是最考验意志和毅力的时候。为了安静，我每天晚上关掉手机，孤身一人呆在办公室内看书。如果觉得苦，就想想通过后的快乐和低学历给你的更多痛；如果觉得困，就泡杯浓茶或冲杯速溶咖啡；如果正在恋爱，这段时间内可控制一下联络次数。每天保证6个小时学习时间。其中阅读教材80—100页大约需要4小时，每看完一个章节要对照辅导做习题，强化记忆理解。根据做题的情况，对教材中掌握不扎实的考点再补习一遍，完成了一天的目标后再休息。坚持下来，你会有越来越强的成就感。

领悟要领莫死记硬背

总复习阶段，看教材要带着问题去寻找考点的眼光和思维去看书，考虑什么地方可能会出题，会以什么样的题型出现，检验自己对知识点的掌握情况，做得好会增强学习信心。

以这种方法，两本书10天左右就可大致看完，知识点记忆更准确，这一点对应考很重要。最后还可预留2天，温习一遍教材，做一两套模拟题，对重点内容再次强化复习。

考前的晚上，入睡前回顾一下第二天考试的课程内容，强化记忆。至于考前几个小时，建议考生就别看书了，这时关键要自信，有时看得越多，忘得越多。除了笔和证件，不要带与考试相关的材料。只要有一定的文化基础，加上复习到位，顺利通过考试问题不大。

自考本科心得体会篇二

沿着一条因暴雨变得格外泥泞、坑坑洼洼的碎石路，迈过散落各处的西瓜皮和垃圾，在七拐八绕后，记者终于找到了小黄位于肖家河的住所。

楼道狭仄，二楼的楼梯因年久失修而坍塌，只用几排铁管替代。这是一间连确切通信地址都没有的出租屋，一张写字台、

一把椅子、一张高低床，屋内的家具屈指可数：一台电脑、一台电扇、一盏灯和一台饮水机是屋里所有的电器。屋角一个砖砌水池不断溢出下水道潮湿的霉气。屋里显得闷热，小黄把窗帘撩开，其实离窗户不到半米的地方就是一堵墙，根本没有多少阳光能照进这里。就在这样一间不到9平米的蜗居里，小黄的自考生活已有4个年头。

4年前，高考落榜的小黄不想再复读，经学长介绍，从安徽老家来到北京，上了一阵培训班后，就退学靠完全自学的方式参加自考。为给家里省钱，他干过不少零工，书桌上一本印有必胜客广告的日历就是他做外卖的见证。那时他一小时跑三四次趟，算上5角钱提成，也只能赚8元。他还在培训机构打过工，每天也不过70元，发传单时还经常被保安撵走。打工辛苦一点不算什么，小黄怕的是耽误学业。为专心做实践考核报告，他忍痛放弃了所有兼职。并不富裕的家庭，现在是支持他学业的经济来源。每月800元的日常开销，听上去不算多，可全部要向家里伸手，这让小黄有些汗颜。

尽管有自己的蜗居，可小黄一天最主要还是泡在北理工的自习室里，早上常常8点前到校，每晚赶10点半的末班车回肖家河。前两天赶上下大雨，他又错过了末班车，等辗转回到家中已是凌晨1点多。他说，之所以总泡自习室，一是为找学习气氛，二是能碰到在培训学校的同学，聊聊天，缓解一下难以排遣的寂寞。

这里离京郊旅游胜地百望山不过两站地，可他从没去过。小黄平时也没有什么娱乐活动，“有些人觉得看书复习很无聊，可也正是无聊逼得我只能复习看书。”

小李是小黄之前的同学，他住在离市区更近的北理工集体宿舍里，宿舍比小黄这里大不了多少，住了6个人，一张床铺每月300元，相当于小黄整间屋子的租金。几年来，小黄和小李的自考之路走得都没有想象的顺利，小黄刚刚拿到专科毕业证，本科毕业预计还得小两年。小李虽然专、本多数课程都

过了，却被英语(一)这一门课拖了两年连专科毕业证还没拿到。

“生活的艰苦，学习的艰辛，寂寞的难耐，这些都没什么。最让人心酸的是，有时付出了很多，结果却不尽如人意。”一次考试结束，小黄觉得应该不错，可成绩下来，三门课分别得了57、58、59分。小黄申请复核，成绩并没登错。申请复核的事情小李也干过，“虽然知道成绩几乎不可能有错，可就是觉得自己已经很努力了，不复核有点不甘心。”尽管因为生活拮据，有时小李申请复核的几十块钱都要向亲戚去借。学业虽然屡屡受挫，小黄和小李却仍在坚持。小黄说，以前自己的邻居中，有不少是像他这样在出租屋里学自考的北漂族，有的人顺利毕业找到工作离开了，有的人坚持不下去也离开了，现在这里只剩他自己。

学业不知何时能完成，找一份稳定的工作更是遥遥无期。说起未来，两个人眼中都闪着梦想的光芒，语气中虽带着迷惘，但却从未想过放弃。小黄说：“家乡的人都知道自己去北京念书了，要是没混出个人样就回去了，真是无颜见江东父老啊！”他们心里清楚，没完成学业不只是丢人那么简单，更对不起辛勤供养他们读书的父母。每一次考试前，父母的嘘寒问暖小黄都不会忘记，每次考试后，小黄也立马向父母汇报成绩，尽管在北京的开销不算少，可父母从没有一句怨言。双双在外打工的小李父母对于他的学习从无二话，只是说：“孩子，学吧，我们供你。”一想到这里，他们就觉得再没有什么困难可以让他们放弃。

自考本科心得体会篇三

大学自考本科是一项非常难度较高的学习方式，作为一名自考本科的学习者，我的这段经历充满着无数的汗水和不易。我在这里想要分享一下我在大学自考本科过程中的经验和体会，希望能够给其他自学者一些借鉴和帮助。

第二段：选择自考的原因

选择自考本科，对于我来说既是一个很大的挑战，也是一种提升自己的机会。首先，自学对于我这样的上班族而言，非常的便捷。由于我有一个稳定的工作和固定的收入来源，因此我选择自考可以使我利用零散时间进行自学，不需要像全日制学生那样每天抽出几小时的时间去学习。其次，自考本科可以帮助我提升个人能力和自我价值。因为自考本科需要较强的自学能力和自我管理能力，这种学习方式能够锻炼我解决问题和自我管理的能力，让我成为一个更有能量的人。

第三段：自考本科的优缺点

自考本科的优点，首先是自由度高，因为它可以根据自己的时间和节奏进行学习，不会受到学习环境和时间的限制。其次，自考本科对于个人事业发展有很大的帮助，可以帮助我们提升自己的专业能力，提高职场竞争力。然而，自考本科也有许多缺点，如孤独感和学习质量难以保证，而且需要自觉自律，如果没有自制力，很可能会因为纷杂的工作和生活而疏忽自学，从而导致自考的成绩不理想。

第四段：自考本科的学习技巧

在自考本科的学习过程中，针对自己的特点和需求，制定合适的学习计划非常重要。我自己的学习规划是，每天用半小时到一个小时的时间来学习，每周周末为自己放出2-3个上午的时间来学习，同时根据自己的时间情况，制定学习方法和节奏以及学科重难点，在学习上先打好基础，然后逐渐深入，避免一下子扣多过难易度大的题目。而社群的支持对于自考本科学习者也非常重要，可以通过网络等多种途径与其他自考本科学习者交流、分享自己的进展和遇到的问题。

第五段：结束语

大学自考本科的学习经历非常具有挑战性，但是也给我带来了许多机会和进步。在学习过程中，我通过自己的实践发现，掌握自学的方法和技巧非常重要，同时深耕基础知识有利于减轻难度但是不可急于求成，需要在合适的节奏下逐渐掌握。最后，非常建议其他的学习者，在选择自考本科之前一定要认真思考自己的能力和需求，为自学做好充分的准备，更加顺利完成本科的学业。

自考本科心得体会篇四

大学自考已经成为许多工作人士、待业人员以及想要升学深造的人们的选择。虽然自考给我们提供了一种方便灵活的学习方式，但是自考本科难度很大，需要自律和耐心。在我的自考本科课程中，我不仅获得了知识，还有许多体会。

第二段：制定学习计划的重要性

对于自考课程来说，制定一个良好的学习计划至关重要。自学本科课程需要投入大量的时间和精力，因此必须合理分配时间。我用周计划来安排每周的学习计划，并确保在每个学习阶段都有足够的时间来复习和巩固。良好的学习计划不仅可以帮助你掌握学科知识，还可以让你更好地管理时间和提高效率。

第三段：积极的学习态度和自信心

自学本科需要足够的自信心和决心。我意识到学习的主要目的是提高自己的技能和能力，而不是为了追求高分。在自考本科课程中，我遇到过许多挑战和困难，但是通过认真的学习和积极的态度，我最终克服了顾虑和恐惧，获得了很好的成绩。

第四段：自学能力和沟通能力的提高

一方面，自考本科课程通过提高学生自学的能力，并培养学生独立思考的能力，来加强学生的自学能力。另一方面，自修本科课程通过各种渠道，例如论坛、社交媒体和同学交流，来提高学生的沟通能力。这种扩大交际圈所带来的人际交往经验，对我来说是相当有益的。

第五段：总结

总的来说，自考本科课程给了我很多的机会来扩展自己的知识、提高自己的能力、增强自己的自信心和管理能力。虽然自考本科难度很大，但是只要有良好的学习计划、积极的学习态度和决心、自学和沟通能力的提高，我们就可以顺利完成课程。希望更多的人可以跨越重重困难，实现自己的梦想，从而成为不断进步的新人。

自考本科心得体会篇五

在传统的大学教育中，要想获得本科学位，必须先参加高考并以优异的成绩进入大学，经过4年的学习才能获得本科学位。但是，现在随着社会的进步和教育的多元化，更多的人选择通过自学考试的方式获得本科学位。大学自考本科是中华人民共和国教育部门认可的高等教育形式之一，它可以让工作的人群在工作之余获得升学的机会，对于提高社会地位和扩大自身知识储备具有重要意义。

第二段：大学自考本科学习的优缺点

不同于传统的大学学习，大学自考本科学习有其独特的优缺点。优点在于时间和空间上的自主性，可以自由安排学习进度和空余时间，合理分配工作和学习时间，降低担忧压力。另外，大学自考本科学习资金开支相对较少，不仅可以省去巨大的学费，还减少了许多其他费用，因此更为便捷。缺点则在于学习自律性低，学习的效率不如传统的大学本科生。此外，在信息获取方面大学自考本科学习也不如大学本科，

信息短缺和不充分可能会影响成绩。

第三段：如何高效地自考本科

要想在大学自考本科学习中做到高效和有成效，必须准确把握时间和学习资源。首先，要事先合理安排学习进度和学习计划，不然会浪费时间和精力。其次，要注意多与同学互动交流，加强知识共享，更好地管理个人时间。还要及时获取学科资讯、题目和答案等教育资源，多练习，及时修正学习错误。

第四段：大学自考本科学习时需要的素质

在大学自考本科学习中，学生需要具备很高的自律性、忍耐力、自我管理能力和自信心，还要有自学能力，课程选择能力和学科语言沟通能力。同时，学生也需要有创业意识、创新能力和领导能力，这些都是工作能力中非常重要的素质。

第五段：大学自考本科学习的收获

在大学自考本科学习中，除了获得学位之外，还有许多额外的收获。首先，可以更全面地提升自己的专业学位，自学能力也会更强，知识储备也会更丰富。其次，自考本科的学习是一种独立思考、反思和选择的过程，无论在工作中或是私人生活中都可以发挥它的价值，如果在学习中加强了与同学的互动交流，还可以扩大人脉圈。总之，大学自考本科学习不仅能够让自己拥有更广阔的职业道路，还是个人成长和发展的良好途径。