

# 得与失

## ——10月自考第二周考试现场侧记

本报记者 孙梦莹

10月21日16时30分后,在昌平区的前锋学校考点,提前交卷的考生陆续走出。结束了两个周末的考试,不少考生脸上露出放松的神态。

得与失是个辩证的话题,在自考中也不例外。几名结束了10月考试的自考生分享了他们在自考中“得”与“失”的故事。

### 失了喧嚣 得了安宁

项目管理专业考生王富在这期考试中报考了5门课程。对王富来说,自考让他失去了喧嚣,得到了安宁。繁忙的城市,吵闹的电视机,庸庸碌碌的日常,总让他下班以后的生活十分烦躁,无趣。而现在他每天的空闲时间都用来看书,特别是考前这段时间,学习压力不小,用在看书上的时间更多,但他的内心很平静。

人力资源管理专业考生刘全(应考生要求用化名)也有同样的感受。他说:“我的哥们多,总是来找我去吃饭。现在自考是我避免参加过朋友聚会的好理由。”他也因此有了更多时间陪伴家人,还能和孩子一起学习。从前总是参加酒局,热热闹闹却也忙忙叨叨,而现在每天晚上睡前的几小时用来复习,他在安宁中充实自己。

### 失了空闲 得了心安

16时40分,自考生冯俏走出考点校大门。她平时的工作不忙,空闲时间较多。出于兴趣,冯俏报了自考的汉语言文学专业,通过参加自考学习,填补了平时的空闲。

“我一直沉醉在语言的魅力中,对古诗文也很感兴趣。”很多汉语言文学专业考生都说这个专业要背的东西多,但对冯俏来说却是一种享受,一种乐趣。“其实我原来闲着的时候,心里特别不踏实,总觉得自己在浪费时间。现在参加自考,虽然失去了原来的悠闲,但我觉得心安。”



上周日,自考生结束了最后一门考试后走出考点校大门。

本报记者 孙梦莹 摄

### 失了游戏 得了知识

“2个月了,我都没时间玩游戏。”项目管理专业考生王磊走出考点,笑着向记者抱怨起自己生活中最大的变化。王磊是个游戏迷,是PC游戏、手机游戏的狂热者。

“在参加自考前,我有空就会开电脑玩游戏,手游戏火起来以后玩游戏更方

便了。”王磊每天花大量时间沉浸在游戏的世界里。而现在每次临近考试,他就自觉远离游戏。他说,如果不把足够的时间用于复习,自考肯定考不过。

在这期考试前,王磊有2个月没玩游戏。游戏的登录奖励得不到了,排位赛名次再也没有向前,再也没有“大吉大利今晚吃鸡”的射击游戏胜利界面作为发朋友圈的素材。

“玩不了游戏,心里发痒是肯定的,但我要先把正事办好。”失了游戏,王磊学了诸多项目管理知识,提升了自己的工作能力。未来他准备向相关的领域靠拢发展。

## 与其考后焦虑 不如继续努力

10月自考已于上周末结束。有些考生对考试结果没信心,表现得非常焦虑。还有些考生忍不住与其他自考生对答案估分,担心自己不及格。考生与其在考后纠结成绩,不如踏踏实实再次投入自考学习中。

考后的焦虑和纠结,并不能改变成绩。当考试结束,卷子上交,考试结果就已经无法再改变了。最终考试的结果只会如实地反映考生在考前的学习成果与考场发挥的状态。无论考生多么纠结,多么为考试时的发挥和表现辗转难眠,都无法改变考试的卷面成绩。有些考生的考后焦虑是由于和其他考友对答案引起的。发现与他人答案不一致,考生容易对日后考试产生焦虑,并产生自我怀疑,无谓地影响未来的考试和生活;发现与他人答案一致,则容易过度乐观估计考试结果,掩盖原本在考试中暴露或遗留的问题,助长侥幸心理。这都对未来学习不利。

一个分数并不是一

场考试的全部意义。自考生努力学习,把书中的理论知识融会贯通到自己脑海的过程,就已经是一种收获。复习过程中,即使有民办学校和辅导班的存在,考生仍要进行自主学习,这在无形中让考生培养了独立获取知识的能力。同时,考生通过参加自考,在长时间的自学中,逐渐形成自觉自律、坚毅努力的人格品质。取得成绩时自我鼓励,偷懒时自我鞭策,取得不满意成绩时不气馁,就是一个自我调整和成长的过程。

要缓解焦虑情绪,就要投入地学习。焦虑是一种不佳的心理状态,只有积极行动才能扭转。对于那些考试中暴露出的学习问题,考生要静下心来刨根问底,从源头解决知识掌握上的不足。这样,考试后再翻阅教材,经过再次学习,才会对疑难知识有更深刻的印象和更透彻的理解,从而在下一次考试中有更大的合格几率。

(孙梦莹)

## 10月自考成绩 12月9日可查

本报讯(记者 孙梦莹) 10月自考的成绩12月9日起网上发布。考生届时可登录“个人中心”查询。这是记者从北京教育考试院自考办了解到的。

查询成绩时,考生可登录北京自考首页(zikao.bjeea.cn),输入准考证号或有效身份证件号码及密码,或者使用“北京通”进入“个人中心”后点击“成绩查询”,即可进行查询。

考试院自考办相关负责人介绍,目前,北京市自学考试使用计算机管理信息系统,从考生办理注册手续到每门课程考试成绩均有详细记载。考生查询自考考籍,申请毕业论文(毕业实习、毕业设计、毕业考核)、申报毕业等相关手续都统一在网上进行。考生也可随时在“个人

中心”的“我的课程”里查询各次考试成绩。

北京自考实行网上评卷。网上评卷采点给分,只要一个采点未给分,该小题就不能完成评分,可杜绝漏评现象。成绩合成工作由计算机完成,数据处理严格规范、准确高效,可有效避免传统人工评卷方式在核分、登分等环节可能出现的差错。考生若对当期成绩有疑惑,可在12月13日前申请成绩复核。申请复核只针对当期发布的成绩,考生不能对往期成绩提出复核申请。

准备申请毕业或毕业论文的考生要注意,10月自考成绩发布后,网上申请毕业论文及毕业即将开始。考生要及时查询考试成绩,以确认是否具备办理相关手续的资格。

## 连锁经营管理专业(专科) 3课程10月29日开考

本报讯(记者 孙梦莹) 由北京财贸职业学院主考的高等教育自学考试连锁经营管理专业实践科目本期共有6门课程,其中3门已考完,另3门10月29日开考。

即将开考的科目分别为门店运营与管理(实践部分)、商业票据与核算(实践部分)、连锁企业创办(非笔试)。考点具体地址为东城区东四南大街礼士胡同41号,北京财贸职业学院东城校区。具体考试时间、场次、考试教室及座次安排,以考生下载的准考证为准。北京财贸职业学院自考办有关负责人提醒,因校区地处市中心,无法提供汽车、电动车、自行

车及共享单车停车位,建议考生尽量从公交车站步行至考点。

该负责人提醒,考生要携带准考证和身份证参加考试,否则禁止进入考场。考生要携带身份证正本,照片及复印件无效。如身份证丢失,

可出示派出所出具的临时身份证或补办证明,出示学生证、户口本无效。考生要自备橡皮、签字笔。除允许携带的材料外,禁止携带任何电子设备进入考场。

考生要牢记本人的考试科目与考试时间,提前了解

考点路线及行走时间,避免迟到延误考试。考试开始1小时后严禁进入考场,考试结束前1小时方可离开考场。缴费时登记开具发票信息的考生,可于考试当天携带收据到教学楼105办公室换取发票。

### 相关链接

#### 连锁经营管理专业(专科)实践考核安排

考试科目	考试时间	考核方式
门店运营与管理(实践部分)	10月29日 8:30-11:30;13:00-16:00	课时+大作业 可携带相关考试资料(纸质)
商业票据与核算(实践部分)	10月30日 8:30-11:30;13:00-16:00	课时+大作业 可携带相关考试资料(纸质)
连锁企业创办(非笔试)	10月31日 8:30-11:30	提交论文、答辩 可携带相关考试资料(纸质)