

國立臺灣師範大學 104(下)年度申請國家考試獎學金心得分享

蔡○臻(衛教系)

104 普考-衛生行政

一. 準備歷程

大四上學期+畢業後半年，約一年

1. 大三升大四的暑假：

這個暑假我一直在思考我是要繼續修教育學程考健康教育老師還是要考公職。由於這兩條路都是窄門，準備起來都要花很多心力與時間，覺得自己沒有能力可以將兩邊兼顧好，於是考量自己的興趣、家人的意見…等，最後終於下定決心放棄教程，到補習班報名衛生行政。

2. 大四上學期：

這學期我把剩下的學分全部修完，白天有課就去上，沒課的時間就去圖書館念書，晚上去補習。另外我有申請提前一學期畢業，想說之後半年會有蠻充裕的時間好好念 XD 所以這學期其實有點小混哈哈 XD 都只有念&片段的背補習班課本和講義的內容，還沒有開始整理自己的筆記。

3. 大四畢業後半年：

這半年的時間我開始安排固定的時間念固定的科目，早上念衛生行政或背法規，下午念微免或食環衛，晚上念生統或流病，兩天一個循環。大部分的科目我都是等課全部上完之後，自己認真的念完二到三次，觀念清楚之後才開始整理成紙本的筆記。還在上課打基礎時我是先用電腦整理，因為我覺得在對於知識還不是很融會貫通、比較片段的時候，用電腦整理比較好修改和加新東西。有些科目是你念到後面，原本前面不是很懂的東西會突然開竅，有種前呼後應的感覺，所以我覺得剛開始的時候可以先用電腦整理，等到對於這科有比較全盤性的了解時，再寫成紙本的筆記。考前的兩、三個月就是不斷的背自己的筆記和寫考古題。

二. 各科準備方式

1. 共同科目：

國文平常沒有多做準備，只有考前一天把公文格式拿出來背，作文就按照補習班老師講義的寫作方式去寫。英文也沒有特別準備，吃老本赴試。憲法及法續憑上課印象考試。

2. 生統：

觀念講解的非常清楚，理解後很多東西都不需要死背。研究所和公職的考古題都要多練。

3. 流病：

我覺得流病的各單元之間常常都有相連的觀念，中間要是觀念不清楚，後面的東西有時會比較接不上來。重要的解釋名詞都要好好背，容易考的申論題要整理成筆記。

4. 衛生行政：

這科一定要注意時事，幾個基本的模板一定要寫好背好，盡量用三段論述的方式，綱舉目張，層次分明。有些議題可以跟法規結合，一起複習。

5. 衛生法規：

這科就是要下功夫認真的背。有些法條內容是條列式又不太好背的，我會將關鍵字的諧音之類的連起來編成一個比較容易記憶的句子。可以運用瑣碎的時間背並和生活做結合。

6. 食品與環境衛生：

我是依照考古題的主題整理之後，有系統地去整理筆記、背誦和記憶。食衛在談食物中毒的部分可以與微生物一起看，增加記憶。環衛依照認知、評估、管制的架構去整理各個單元。另外相關的時事也要多多注意。

三. 其他建議&提醒：

考試的時候不論題目有多長，一定要耐心的一個字一個字把他看完，以免漏答(我高考衛生行政就是這樣，漏看了其中一小題而沒有回答到)

考試當天的黑筆、藍筆、立可帶都要多帶一些，也可以攜帶透明桌墊以防桌面凹凸不平。午餐我都是自己帶或家人送，比較不用冒考試當天吃壞肚子的風險。

當我覺得壓力很大或想偷懶的時候，我都會想到還有很多很多比自己厲害的人、生活過得比自己辛苦的人，都比我還要更努力，所以我一定要堅持下去不能放棄。另外，隨時保持積極、正向的意念是很重要的！你想什麼，你相信什麼，就會有什麼樣的氣場，也就是吸引力法則，所以我們要相信自己可以做到，只要有心，一定可以達到目標的！一起加油！

李○靜(社教系)

104 特考四等警察

真正下定決心要考公職是今年一月的事，這時距離六月份的警察特考還有半年的時間。由於我提早一個學期畢業，於是我下定決心要拿出四年前考大學的拚勁，利用這半年的時間好好衝刺，畢竟痛苦的時間愈短愈好，撐過去就是你的了！於是便開始了與世隔絕、與書共舞的生活。

一般行政警察人員四等考試要考的科目有：國文、英文、法學知識、中華民國憲法、刑法、行政法六科。在讀書的時間分配上，刑法與行政法分別各占一個月；法學知識與憲法占了兩個月的時間；剩下的兩個月再依照對各領域的熟悉度分配複習時間，接著就是拼命寫考古題！練習解題的思考模式和寫題目的速度；而國文和英文兩科，除了國文的公文部分要特別準備外，我則是直接利用寫題目來喚回我的記憶，並沒有額外多花時間特別準備。

讀書講求的是效率，而不是你坐在書桌面前的時間。與其長時間坐在書桌前面苦讀，我認為找到適合自己讀書的方法、能確實吸收進腦袋裡的方式，才是最重要的。以我自身而言，我的記憶力並不是非常好，但考試就是要你記得一堆法條、一堆法律運作的細節，能怎麼辦呢？因此我作了一本屬於我自己的「葵花寶典」，用我自己能夠一目瞭然、能夠在複習時讓記憶快速回來、能夠在考試前快速瀏覽重點的方式，否則教科書那麼厚、那麼多本，怎麼可能能夠記住所有重點呢？所以，考生們應該要找到适合自己記憶重點、吸收所讀的方法，否則的話，便只會浪費時間，而且用到的只是你的短期記憶區，當幾個月後重新再接觸時，會發現自己早已忘得一乾二淨！

而在生活作息方面，維持固定的睡覺和起床時間，調節生理時鐘，盡量避免熬夜。也許有些人會喜歡在半夜夜深人靜的時候讀書，但這樣除了傷身之外，到時候上考場也極有可能會精神不濟、無法在白天的時候專注思考，因此調整作息相當重要，睡覺也別睡太久，睡得久有時候反而更累。

有些人準備公職會在補習班準備，那兒有人盯、有同學一起讀書，進而有同儕的壓力，效果也許會好一些，但以我而言，由於住處的關係，我是買函授教材自己在家裡讀，這時候自制力、決心就非常的重要！人都有惰性，有時候我也會想偷偷放鬆一下，但我們隨時都要提醒自己，莫忘初衷，懂得堅持才能嘗到收成的滋味。另外，特別要提到的是面對網路的誘惑，一旦下定決心，就必須對「滑手機」這件事有所克制。以前的我總是習慣三不五時瀏覽一下臉書動態、與好友聊天，直到決定要考公職時，我發現必須要徹底改掉這個習慣，否則真的會很容易分心、容易受到他人的影響。

等一切都準備就緒，就等考試的到來了，那天就是解脫的那一天！我總是這樣勉勵自己，雖然不知道會不會是終點，但至少是一個階段！考試切記要帶著平常心，不要過度緊張，機會只有一次，錯過就得再等明年了！

總而言之，我覺得有沒有「下定決心」的拚勁決定了一切，若只是抱著考考看碰運氣、試試看有沒有機會的心態，是絕對沒有幫助的，所以準備好了心

態，就勇敢的邁出第一步吧！

林○任(教育研究所)

104 高考三級-教育行政

壹、考試動機

在教育系就讀時，一直在教師與教育行政兩者間猶疑不定，直到在就讀碩士班課程時，有兩個重要轉折讓我確定了報考高考教育行政的想法。

首先，在修習唐淑華老師的教育心理學研究、洪仁進老師的當代西洋教育思潮、林建福老師的情意教育以及林秀珍老師的老子研究與教育後，讓我了解到教學專業的重要性，實非我所能夠企及的領域，但是這並不影響我對於教育的希望與熱情。

因為，後來上到許添明老師的教育財政學、吳清基老師的教育行政領導研究以及林育休老師的臺灣教育史時，體認到教育行政是教學與課程的重要基石，我同樣能夠透過在教育行政領域的努力，來為教育、為大家、為社會盡一分力。而且我盼望能在教育行政單位獲得系統性思考的學習與練習經驗，藉此開拓視野，祈為個人在教育的執行力累積能量。所以在碩四那年，課程都已結束，論文也即將告一段落時，再次全力準備國考，而後，終於在畢業同時，也獲得進入教育行政領域的入場券。

貳、準備心得

一、個人閱讀：在這部分，我以系統觀和即時更新作為主要方法。第一，系統觀意指抓住關鍵概念，並且要求自己將內容與其他概念或章節作連結，以求能將書讀懂、讀熟。例如教育行政與比較教育，兩科都有重疊之處，可以做比較與分析，教育心理與教育測驗及統計亦如是。第二，即時更新是指隨時蒐集，以補充或更新各科的相關資訊。本校教育系在 11 月份舉辦的國際學術研討會之投稿資料以及各學會年刊，例如中國教育學會與師範教育學會，均為我帶來相當多的新資訊，獲益匪淺。

二、考試準備：組成讀書會有相當大的幫助，像是安排讀書計畫的進度，筆記整理的分享，彼此答題技巧的學習，並互相扶持打氣，這些都會比一個人埋頭苦讀來的有效且迅速。再者，讀書會進行時，會請上榜學長姐或同學之間互相評論及建議，在參考他人意見與答題內容後，進行訂正與整理，這在考前有很大的幫助，可以熟讀自己整理的考古題筆記，複習關鍵字。

參、個人調適

除了考試準備，個人日常的調適也相當重要，這次我主要採行的有以下幾點：

一、 找到適合自己的抒壓管道及運動，保持身心健康、暢快舒適，以便應付國考的漫長準備。我個人以拳擊和籃球為主，除了可以保持身體健康之外，還能發洩多餘的壓力，鍛煉不同部位的肌肉與體力。

二、 與讀書會同學間彼此注意對方狀況，相互傾聽、打氣與陪伴。之前

有同學先考上，還在努力的同學與我並未因此氣餒或是害羞，我們透過主動尋求考上同學的協助，因而獲得此次佳績。因為主動尋求協助，這樣考上同學才知道要如何幫你，所謂天助自助者，人恆助之。

三、 考前一個月調整作息，以配合考試日程，發揮最大實力。這是從前幾次應考所得來的經驗，避免解題時，腦筋無法運作。

以上就是我這次準備國考的個人經驗與心得，已於 104 年 11 月 10 日，回到教育系葉坤靈教授的課堂上，與有意從事國考的學弟妹們分享。

郭○希(郭○容)(公領系)

104 高考三級&普考-一般行政

今年有幸考上國考，感謝在學習過程中曾經幫助我的家人、師長和朋友們。大學就讀公民教育與活動領導學系，因為有修習教程，但是後來發現自己對於當老師並沒有太大的興趣，所以就想要轉移目標報考國考。當初報考一般行政的動機是因為這個類科有部分科目曾經在大學修習過，並且認為自己對這些科目有興趣，所以才選擇俗稱的「死亡之組」。

一年準備的過程中，就照著自己簡易擬定的讀書計畫讀書，我覺得讀書計畫擬定時要保有彈性，隨時依自己的狀況進行修改及調整，而且先訂定大目標，否則如果一開始把所有計畫擬定好，很容易出現落差的情況。讀書時間我覺得只要8小時左右，因為讀書成果在於效率而不是坐在書桌前的時間長短，所以並不需要坐在書桌前讀很久的書，所以最重要的是要有充足的睡眠，才能夠事半功倍。

選擇參與補習是因為覺得自己蒐集整理資料很耗時，所以就參加補習班，這樣就有歸納完整的資料可以直接閱讀。至於是否要做自己的筆記?依照我自己的經驗，我並沒有自己做筆記，僅有抄老師上課的板書及筆記。

對於共同科目的準備，只有聽完補習班原本排定的課程，並沒有做課後的複習和練習，就僅憑上課的印象作答，因為我覺得共同科目的投資報酬率太低，且自己有一點點基礎，所以應該不用花時間準備。

專業科目的準備完全只有讀補習班的上課講義，但是有許多學長姐建議可以買大學教科書輔助閱讀，這樣可以增加自己申論題寫作論述的能力，但是我因時間限制，所以來不及讀教科書。

行政學、公共政策及公共管理三科是相通的學科，需要將相關的概念相互連結，連結三者的觀念，就可以減少要背的東西，並且遇到靈活的考題時才能夠應答。

法科部分很多學長姐建議要背法條，越詳細越好，但是在準備時我因為覺得法條太多，來不及背，所以並沒有詳細背法條內容，只有讀過法條，大概了解法條的內容，就可以套用進去三段論法的架構中。

在準備的前半年就勤練考古題給老師改，根據老師的建議自我修正，在熟悉申論題的撰寫模式後，後半年就大概一個星期練習1題申論題，維持手感，大多時間就用來繼續讀講義內容。

建議學弟妹如果想要報考一般行政，可以多修習公領系的法律相關課程，這樣可以在之後學習行政法、刑、民總都可以比較容易理解，而且因為對於法律有一定的接觸，所以對於法學緒論的選擇題就常常可以用自己大學的法學概念選到正確答案。

在選擇生涯規劃前，就多涉略體驗不同的工作，但是在選擇投入公職考試後，就要有必定考上的決心，也不用考慮錄取率的問題，就全力以赴準備吧!機

會是留給準備好的人，預祝大家都能金榜題名!!!

陳○琪(人發系)

104 原住民特考

原本對於投身國考，並沒有想過，但自從在學校打工以及校外的公家單位工作後發現，自己對於公務人員的工作內容以及作業型態有興趣，因此在大四決定不繼續讀教育學程，開始慢慢準備公職。真正認真準備的過程嚴格說起來只有畢業後的暑假三個月，因此比起看函授或去補習的人來說，自己一個人準備真的有些辛苦。不僅遇到申論題時需要自己找尋答案，孤軍奮戰的感覺很多時候更讓人想放棄，途中會開始思考，放棄教程真的是對得嘛？我會不會還是比較適合當老師啊這些想法。但當自己克服這些難題後，對於成為公務人員的信念也更加確定。從小，念書對我來說並不是一件容易的，想要考高分，往往需要背很多變，我沒有他人念一次就記住的能力，但有毅力念很多次，背到自己真的能完全記住為止。國考不考太多的融會貫通，它考的是耐心與毅力，誰在道路上撐的越久，誰離成功更進一步。

而想投考原住民特考原住民族行政這類科，原因在於考科中歷史與文化雖然沒讀過，但高中歷史的記憶還是有一些在，因此有一定的基礎，不需要重頭念起，此外，對於這兩科也比較有興趣，在了解之後也發現分發單位處理事物多能直接服務族人，因此選擇這科。

當初念師大，以為自己會當老師，但在打工以及職涯探索後更覺得自己適合公務員，因此在這勉勵同樣身為原住民族的學弟妹們，當老師可以服務原住民的學生；考公務員也可以服務更多族人，找到自己的興趣，為原鄉帶進更多資源，是當老師或公務員的共同使命。很開心應屆就可以考取原住民特考，以下分享各科準備方式，希望對於未來也想投身原住民特考的學弟妹有幫助！

● 國文與作文：

1. 公文格式一定要記起來，內容的部分就真的幻想自己已經是公務員了，更能設身了解該怎麼寫以及要寫什麼。(如果在校內工讀過的同學，不妨在送公文時看看公文怎麼寫！)
2. 作文的部分並沒有花太多時間準備，只是原特的作文很容易考跟原住民相關的內容，因此多看一些文章對於準備也較有幫助。

● 法學知識與英文：

1. 原住民行政法規一定要看熟！要練習到幾乎可以背起來，且很容易考數字題以及時事，可以多去原民會的網站更新資訊！
2. 憲法的部分跟高中公民差不多，但若詳讀也能為科目拉高些分數
3. 英文並不簡單，但範圍又太廣，因此 15 題英文題並不會花太多時間準備，基本上寫考古題確定自己英文還沒忘記太多就可以。

● 原住民族歷史、原住民族文化

1. 歷史的部分主要著重在自己的筆記整理要有完整的歸納，當了解每一年代原住民的政治、經濟、文化等變動，就可大致掌握脈絡，也可叫有條理的準備

此科。此外，就把歷史當故事讀，在寫申論時也較能輕鬆答題。

2. 文化的部分則是範圍廣大，因此要靠自己上網搜尋資料，並且可到考選部下載文化考科的範圍大綱，了解方向。除此之外，每個族別的特色文化都要詳細了解，並且能掌握時事。

● 行政法、行政學

這兩科都是第一次學的科目，加上都考選擇題，因此準備只有一個方法，就是強背下來。考題多出自考古題，因此考古題至少做前 5-10 年的，每一份也至少寫過 3 次，強化記憶。