

高中獨招的應屆男師資生心路歷程

教育心理與輔導學系 104 級
臺北市立士林高級商事職業學校 林詠齊

說句實話，上榜的資訊對我來說，還像是夢境一樣，一切都很不真實。對於我來說，從很久以前一直聽聞男生應屆帶著兵役考試，在獨招試場裡面面試很難取勝的。原因很簡單，你要當兵。我認為我在今年做到最大的一個嘗試就是不給自己設限，多去嘗試多去考，什麼都考，練練經驗、闖闖筆試，當然這很磨人也很消耗錢，不過先前有存下一筆存款，才能夠在這時候讓我這樣嘗試與闖蕩。

我的心得會從我的動機開始，到我見習、實習跟教檢、教甄的心路歷程，跟大家講我怎麼走過這一段過程的，也給看到我這篇心得的未役男士一些信心。

壹、動機

我之所以希望去高中是因為喜歡高中生的認知能力，因為他們比較能夠談話，所以我想要去高中。但也是因為自己在高中這個階段受到輔導老師的幫助，讓我自己能夠過得更好，適應考試煎熬的過程，所以在被幫助的過程後，也希望自己能夠成為一位幫助別人的人，這是我所希望的。

我為什麼想要成為一位輔導老師呢？其實是因為受過幫助，也是因為聽過一句話：「學科老師是在成就的頂端，對學生伸出成功的手；輔導老師是在懸崖邊，對需要幫助的學生伸出一雙救命之手。」當然我也很在乎學生的成就，只是我更希望學生能夠健康平安的長大，這是我所在乎的事情。這讓我開始思考我想成為一位輔導老師要怎麼去做的這件事情，也讓我立下決心想要成為輔導老師。

進入大學後，開始修習教程，在學習過程之中，漸漸定位自己要成為什麼樣風格的輔導老師，每一堂系上的課程都是幫助我們探索自己的風格跟學派的資源，漸漸讓我發覺我適合有目標、有架構的幫助學生，也找到自己所信仰的學派，讓我能將他們融合在一起，變成我自己會使用的學派。對我來說，大學的每一個學習都很有意義，所以我也會盡力去學，因為我知道他們都會成為我未來的養分，後來事實證明也證實了這一點。

貳、教學見習

來到了大四，要教學見習了，其實心中帶著無限的焦慮，當我現在的所學要帶到職場上面的時候，我該怎麼樣去做呢？抱持著這個疑惑來到了我所見習一年的地方，大直高中。在這個地方，遇到了許多恩師。他們帶著我去做很多對我來說是初體驗的事情，觀課、試教、諮商、團體、行政業務，這些對我來說都是第一次，只是大學時代身為文書股長的我，對於行政業務上面是比較得心應手的，因為以前就很常接觸這一塊。只是面對其他事情，當時只有一個想法，怎麼辦，

我什麼都不會。

當然也不是所有老師一開始就都會，一次一次都是很嶄新的過程，第一次的諮商談話、第一次的專業督導、第一次的團體經驗、第一次的教學演示，都在這個學校裡面，貢獻出很多很多第一次。重要的是第一次之後，你覺得自己什麼地方做得很好，要鼓勵自己，讓自己覺得自己辦得到，再去想有什麼是可以更好的，給自己一些空間跟時間去咀嚼自己能夠有長進的地方。

教學見習最重要的是很多事情都是第一次，所以要允許犯錯與再修正，但並非意指這個時期可以不斷犯錯，而是犯錯很正常，再做更好一點就好。每一次都可以再修正再進步，因為即使犯錯，前面還有人可以幫你擋著。趁這個時候多嘗試多學多做，能夠讓自己有更多經驗去面對未來的一切。

參、實習老師

實習期間有一件事情是很重要的，要有一群好夥伴。進入到我大五實習的場所，西松高中，這間是我意想不到的地方。起初我們只有四個人，但我跟其他兩位實習生非常的合，我們會一起做行政、寫企劃、互相支援，不會分太多你我的事情，所以在實習過程中，我們三個是能夠過得很好的，因為我們知道彼此是能夠互相照應的好夥伴。也因為這樣，在實習期間，放鬆去學、去看、去嘗試，讓自己多方面的去接觸更多業務，不只是自己處室的事情，包含其他處室的事情，彼此怎麼合作，這些都很重要。

實習期間更大的壓力在於要開始承擔一些責任，即使指導老師還是會幫忙，只是自己還是要先吃下第一手的壓力，這是很不一樣的事情。當實習老師其實滿有趣的地方在於什麼都可以碰，什麼都可以沾，你想知道多少，組長們都可以給你，只在於你要不要而已。所以當實習老師努力去挖、努力去要，就可以得到很多收穫。西松高中是一間完全中學，因為我很早之前就知道我要去高中，輔導科的限制只能國中的關係，所以我都挑完中去看，希望自己多接觸高中事務，讓我自己有本錢考高中。

當然因為自己在大四有一年見習的經驗，來到西松其實比較能夠上手，因為自己以前都做過了。相較之下也能夠比較快看懂現在上司做的事情是什麼，我要怎麼去操作這些事情，這些都是很重要的一環。當自己越快進入狀況的時候，更能夠給自己空間去思考現在發生什麼事情，我要怎麼去完成這個任務，如果是我的話，我會怎麼去規劃，這些都是當時的自己會去想的內容。

另外因為實習期間很忙，所以我在實習之前，將教檢用書在暑假好好的讀過一次。盡量在 7 月就念過一次，這樣之後實習比較不會焦慮。實習就是盡量念，但不要逼自己念，因為實習真的很累，盡力就好，考教檢之前還有時間可以慢慢來。

實習期間，我也跟以前大學同學組了讀書會，那時透過讀書會，每個禮拜有固定進度要念，其實也給自己一個進度表，在時間內要完成這些事項，也讓我們對於實務考試內容有漸進式練習，也是那時候讓我能夠比較安心的跟著進度念，否則實習太過繁忙進度容易擱置，讀書會夥伴是很重要的，也是支持性團體。

肆、教檢前

教師檢定基本上都在3月初到3月中，實習完之後，會有一段空窗期，這時候會面臨一個問題，我要不要代課，這個問題會影響到念書時間。

我下學期有接代課，我接的是42天產代，在教師檢定考試之後，教甄季的時候代課。教師檢定考試前我都是閒置的狀態，那時候跟讀書會夥伴每天到圖書館報到，寫考古題。在當時我們已經把教檢用書讀過一次了，也念過一次專業書目，所以對於內容是有一定掌握度的，只是我自己本身7月有多跑一次，所以決定在實習過後直接寫考古題，一年一年檢討。

分享讀書會其他夥伴的做法，他們主要都是邊重念教育哲學、教育心理學、教育社會學、教育行政、學制等基礎科目，邊寫考古題，一週檢討3~4年，在最後一次練習寫手寫，這樣上考場比較有把握。

我們在考前主要就是考古題進度，其他時間給大家自己安排，有些人念專書或是參考書，而我則是開始寫國中教甄題目。原因很簡單，因為寫教甄題目是最直接也是最快熟悉題目跟概念的方式，找出不會的部分檢討，讓自己更有效率的認識自己不會的部分並且直接檢討，像是補漏洞一樣慢慢補起來。

伍、教甄季前

先講講我在教檢放榜前的生活，因為我主要想考高中，只是讀書會比較國中走向，所以這個時段兩個都會準備。原則上以切事情當做時間區塊，一天就是兩份國中教甄題目+檢討，另外念高中專書3~4章，這是我自己的時間分配，當然見仁見智。最重要的是確保自己每天都有在推進度，每天都有碰考題類的東西。這樣才能夠漸漸的讓自己對題目跟讀書有熟悉度，不只是讓自己有效率，更是在未來有本錢在代課期間少念點書，同時在忙碌考試季而沒時間念書的時候，不用回頭翻書的本錢，這是我覺得重要的。

當然這時候要不要代理代課就是一個很大的難題，只能說各有利弊。我自己選擇代課是因為時間彈性可以念書。當時間彈性起來，每天都有時間可以給自己利用，讀書會時間很好請假或排開，這樣對我來說是最方便的累積經驗的方式。如果選擇不要，那就是花時間念書，這樣當然在筆試上面會占有很大的優勢，這是對於考聯招很有優勢的選項，聯招不會有太多特殊性的考題，像是細緻行政流程、學校特色……等等的考法出來，通常是廣泛性或理論性的題目，這樣會比較容易透過讀書準備的，於是回家念書對於考聯招理當有利。

只是遇到獨招的時候，代理代課經驗就很重要了，因為大部分學校還是希望有經驗的人，這部分不敢肯定，只是大部分學校希望。為什麼呢？希望新人可以盡快上手，所以挑選有經驗的人勢必比較好。獨招會遇到的難題是有現職老師會一起搶，這是比較難的地方，所以在這個時候要下定好決心，獨招？聯招？都考？國中？高中？都考？這些都是自己要去思考的問題，因為這樣才能夠準備好面對接下來的教甄季。

但重要的是，清楚自己要什麼，沒意外的話，這個職業會跟你 30 年。

陸、教甄季

教甄季開始之前有一個很重要的事情要做，就是把積蓄拿出來投報名費。我自己的作法是找了一個代課支應我的報名開銷。我從第一場教甄開始考，那時候並沒有太多想法，只是想著考高中獨招賺經驗跟筆試手感，簡單來說，就是去那邊交學費。在這個時候最重要的是手感跟手速，手感是看到題目是不是有架構跟知道題目中的脈絡應該怎麼寫的直覺、手速是寫字速度的部分，這兩者應該要兼具，只有其中一個都會產生一種狀況，就是考卷寫不完。

教甄季開始之後，幾乎每週都有一兩場考試，初試複試不斷的交叉，第一年考試的我，心態只抱著努力進複試就好，並沒有想著我今年一定要上的心情。只是一個契機，讓我對於今年抱持著一線希望。臺中二中是我進入複試的第一間學校，那時的我對於進複試覺得是夢幻且遙不可及的，進入複試之後，想當然爾把握這個機會，努力在複試這個關卡嘗試跟練習，以求未來能夠累積經驗，讓自己不那麼緊張。只是臺中二中用分數給我很大的鼓勵，以我當時的程度，複試有四個人，我單看複試成績可能是正取一或是備取一的成績，只是加上筆試之後，是一個較弱的結果。這給我很大的信心是，當我進到複試之後，我是有機會的。即使我是教甄試場中，不是那麼受到歡迎的未役男子。

我的代課職是一個純粹接個案，做少少的行政的一個地方。為什麼選擇這個機會是因為時間彈性，工作內容較輕鬆，雖然薪水低了一些，但我有時間能夠準備教甄內容，這是我覺得這間學校吸引我的地方。這對當時的我是一個絕佳的條件，於是我選擇育成高中的產假代課。在 42 天期間，說不忙好像不到不忙，說忙好像也沒真的到很忙，其實就是在剛剛好的工作狀態，讓我回家補個眠就可以念書的精神狀態是讓我很滿意的工作量，於是我在這 42 天，雖然有工作，但回到家還是加減會念書，其實最重要的還是維持手感跟手速，這將會是未來考試的時候最重要的兩樣武器。

看起來教甄很順利，但中間還是有一些自我調適的部分，在中間當然會歷經懷疑、不確定以及恐慌感，會在這期間開始想自己適不適合當一位老師，或許老師不是我的本命，也或者是老天認為有更好的地方，可能考不上了吧！這些想法充斥著我，因為開始懷疑自己是否真的辦得到，教甄這麼難考，我又要當兵，評

審怎麼可能會選我。每每在教甄考場失利時，這句話都會浮現，但最後我會告訴自己的是：「如果連我需要當兵他都要用我，那代表我真的很適合當一位輔導老師。」也是這個想法帶著我繼續走下去，因為我告訴自己被用是人家的賞識，沒被用是自己的兵役卡住。雖然很像在逃避現實，但想想這件事情總能讓自己自我價值感稍微高一些，不會那麼挫敗，畢竟是自己不可控制的因素。當然有時候還是會跑出：「你那麼菜，人家幹嘛要用你。」但最後，總是要告訴自己，菜歸菜，但終究是一盤好菜。重要的不是自己的資歷多少，而是在教甄現場上，你能夠表現多少，能夠展現多少，給評審看到你多少面向，這中間只有短短的10~20分鐘，卻會決定你是否是他們的首選，相信我，他們憑的就是你在他面前的樣子，跟你實習、代理代課的評價，所以養好自己的人脈，做好自己，就是烤好教甄的撇步。

說到最後怎麼考上的，其實有件事情很重要，就是放空一切。當我們在教甄現場，放下了得失心，平常心面對這件事情，不計較輸贏、只在乎自己的時候，那時候就是你真的就是放下自己了。如果考試當天想著我想要第一、我想要正取……其實這些都太沉重了。倒不如想想看以下念頭「等一下時間是多久啊？」「等等面試完要吃什麼？」「好像時間有點晚耶！還跟朋友有約」「等等要……」把教甄當做是今天行程的一部分，並不是很特別的一件事情，稀鬆平常之後，換來的就是一個泰然自若的神情跟態度，很多時候就是這個輕鬆的情緒，給了你一個很大的機會能夠做好自己、展現自己最好的那一面。

教甄難免會有挫折，悲傷跟難過是可以的，只是要時常給自己一些鼓勵，告訴自己哪邊是做得好的。考試時常常會忘記自己其實是很棒的人，都被挫敗感跟焦慮淹沒，當然教甄固然焦慮、固然挫敗，只是當別人給了你這麼多挫敗時，還給自己臨門一腳，踹下了懸崖，那真的是自己都不相信自己了。給自己多一點信心、多一點相信的力量、多一點點為了教師這條路奉獻的執著，相信各為未來的考生都能夠有一個不錯的成績，祝福你們，也希望未來在教師職場上，能看見各位發光發熱。