

痛苦會過去，美會留下

107·108 年教師甄試經驗分享

教育心理與輔導學系 106 級
新北市立樟樹國際實創高中 鄭聿伶

壹、前言

首先，要非常感謝成長過程中教導過我、給予我許多啟發的師長，使我能夠逐漸勾勒出成為一名教師的圖像。而為期兩年準備教甄的日子，也很感謝給予我幫助的學長姐，一起激勵彼此的同儕夥伴，以及陪伴著我的家人朋友。自實習階段決心成為一名教師，到這兩年準備教甄，同時代理一年經驗，這一路走起來真的很不容易，中間經歷的波折更是難以言喻。但如題「痛苦會過去，美會留下」，在教甄期間的酸甜苦辣，最終都會成為滋養生命的重要養分，讓我們的生命中得以開出燦爛的一朵花。

接著，想問問正在閱讀這篇文章的你，「為什麼想要成為一名教師？」在一個人所選擇的職業裡，了解這份工作對自我的意義感，及從中擁有工作滿意度，是維持工作熱忱的重要關鍵。因此，確認自己為何想當老師、知道自己可以從中得到意義的來源相當重要。若仍無想像，或如同過去的自己，僅僅是因為「好像都已經走過這些階段，好像不得到一份正式教職，這一路也太虧了吧！」的心態，那建議各位還是先得找到一份意義感。無論是跟學生的互動得到的滿足，又或者是因為充實工作、完成挑戰，並在每月初得到一份薪水的踏實感，都好！找到那個可以使你對教職維持一定熱忱的意義，才有辦法堅持在教甄這條路走下去！

最後，如果你已經清楚自己的想法，那就邁開步伐、無所畏懼地往這條路前進吧！以下我將先說明我自己的實習及征戰經歷，而後將篇幅特別鎖定在「獨招申論題準備」，最後會提點一些代理教師可以注意的事情、心情調適的部分。

一、實習經驗

心輔系的實習跟其他系比較不同，從大四便有一週約三或四個「半天時間」的實習。內容與大五實習相差不多，主要項目是行政、教學、諮商及團體輔導。當時我選擇臺北市立大安國中，紮實一整年的實習內容是奠定我成為教師的關鍵養分。行政實習佔了這段時期蠻多的時間，從油印並分頁裝訂千份的家長日文宣，到活動計畫協助、主辦，並進行影片剪輯、學校介紹簡報及文宣製作，當然還有各種活動的大小海報及輔導刊物。當時因為是四個夥伴一起實習，因此工作份量不會過於沉重。

這兩年偶爾會聽到「實習老師就是無薪勞工，又得做一些對教學、擔任老師沒什麼意義的瑣事」的話語，我同意無薪的實習階段的確很辛苦，但瑣事的處理還真的是擔任教職的第一步呢！到了教學現場，大家都有機會擔任行政及導師等

職位，其工作內容就是由瑣事不斷堆疊，才能成就其他事情。因此，建議大家不妨抱持著「趁早學習如何將瑣事處理地有效率而無失誤」的心態，學習將實習階段的事務型工作做到最好，不但能增加學校的好感，同時自身的能力將有所提升，也有利於屆時成為正式教職，擔任新工作便能快速上手。

而大五實習則選擇了新北市立三峽國中，當初是認為雙北的缺額較多，若能在這兩處不同類型的學區有所學習，可能會成為後來考試的一大特色。而建議若有學弟妹已鎖定要考高中職的教甄，可以申請完全中學的實習機會，將有利於在高中職的工作現場有更深入的瞭解。在大五實習這半年，在輔導處王雯華主任及指導老師的教導下，使我充分體會教學現場的實際狀況。除了一般的教學實習，也協助中介教育的多元課程，同時學校多元活動也會協助主持，這些都是後來在教甄中，讓評審委員看見自己多元性、豐富經歷的素材，除了考試必看的教學與諮商，能在行政事務中有所學習及投入，也是很讓評委信服的一點。因此建議各位在實習階段中，只要有參與到的活動，都請記得邀請夥伴互相留下紀錄。每間實習學校會給實習老師主責的量不同，學校的活動更是多元、各有特色。若能夠積極參與、協助，便能從中汲取經驗，同時也為自己留下紀錄，在三折頁、簡歷以及口試中，可成為很棒的素材！

二、教檢準備

因過去經驗分享眾多，因此便不著重教檢準備的部分。當初在大五實習與同屆同學組成讀書會，每週一次兩小時的閱讀專書《教育專業綜合科目（高明）》，並由其中一人整理摘要成簡報檔。教檢相關書籍百百種，無論選擇何種，都一定要讀完。教檢的準備與教甄選擇題的重疊，雖然教檢順利通過，但因自認不甚認真，以致於後來凡逢選擇題的考試必失利。因此誠摯建議各位，就算大五再忙與再累，教育專業科目千萬不可鬆懈！

另外，師大的師資培育中心會辦理教檢準備的相關課程講座，如「108 學年度『學習如何學習』系列講座」。107 學年度筆者參與過兩場，時間為大五實習期間，因此需向學校請假，但對於教檢準備幫助甚大！師培中心邀請到的講師明確而精要的講解，以及內容豐富的講義，是自身在準備教檢階段相當重要的資源，非常推薦各位報名參與！

貳、教甄準備

一、征戰經歷

（一）一百零七年度：

共報名十二間學校：

獨招高中職八所；高中職聯招兩次；國中聯招兩次。

其中進入五間複試：詳細考試資訊如下方表格。

在第一次應考後，發現自己明顯速度不足，因此在練筆時間限制上更嚴謹，在後面五間能進入複試的考試類型皆為申論題。申論題的準備會在下段提到，以下先分述當年度考複試的狀況：

學校	複試內容	結果
大安高工	試教、諮商及口試 因不知道需要報名複試而錯過，慘痛經驗 希望大家務必詳閱簡章。	未應考
松山工農	1. 試教 20 分鐘：高職生涯規劃科 考場提供海報及彩色筆做教具， 不得另外攜帶自己準備之教具。 2. 口試 20 分鐘：行政與輔導實務 3. 諮商 20 分鐘，並進行 20 分鐘口考 (1)個案概念化並檢述使用的技術 (2)未來對個案的評估與作為 (3)對輔導室的協助與貢獻，因諮商 評委為該校輔導室的主任及教師， 因此會著重在選出該處室的夥伴。	未達標準 該校同時 也從缺
明道中學	1. 試教 10 分鐘：高中生涯規劃科 考場會提供教科書供準備，也可攜帶 自己準備的教具與材料（如學習單） 2. 口試 10 分鐘： 當初學校特別註明有英文需求，因此如 何展現這部分是重要的。像是備妥證照 及英文自我介紹及準備英文應答。	正取 【後有報到 但因工作內容 與簡章不符，因 此退聘。】
華江高中	1. 諮商 10 分鐘＋口考 10 分鐘： 由該校教師扮演高中生個案，諮商後先 概念化，再進行口試，詢問諮商內容。 2. 口試 10 分鐘： 因該校設定為輔導組長，因此著重過往 行政經歷，包含活動辦理及行政事務的 處理經驗。簡歷行政經驗是應試亮點。	備取一

新北聯招	<p>1. 諮商 10 分鐘 於考試前十分鐘抽籤，約三十題 國中生常見問題類型，也包含親師之間 互動，及特教相關的狀況題。新北採用 空氣諮商，需特別注意節奏及音量！</p> <p>2. 口試 10 分鐘 除了詢問剛剛諮商個案概念化及運用 之技術，亦問及許多學校輔導實務之問 題。若簡歷中有附上輔導諮商，如小團 體帶領經驗，也容易被詢問。</p>	未達標準
------	--	------

(二) 一百零八年度：

共報名四間，第一間即為樟樹實中，獲得正取。

而後報名新北高中聯招、大理高中、新北國中聯招，未能達標。

學校	應試準備重點及甄試內容
樟樹實中	<p>一、了解學校發展重點</p> <p>此部分為考學校獨招初試前可以做的作業。獨招申 論題題目方向通常跟學校發展有關，無論是大方向的 108 課綱準備，到學校本位發展內容，皆為可以預測的 題目方向。除此之外，學校狀況如班級數、高職的科目； 學區環境對學生型態的影響，也常常是獨招學校考試中 會出現的題型。因此若能及早了解、打聽該校發展及特 色，便能在初試時候有較高的掌握度。</p> <p>該校發展特色為第一間實驗型技術型高中與國中 部的體制，強調雙語教學。因此可預測可能會提問相關 雙語教學經驗，或是未來所學科目若需雙語教學，可以 如何設計相關課程、評量制度。</p> <p>二、掌握自身優勢能力</p> <p>因英語能力較佳，及代理一年的行政經驗多。因 此，在複試準備中，整理了一份新的三頁簡歷，針對應 試學校可能想要看到的能力，進行過去經驗的整合與簡 述。</p> <p>三、在考試中展現亮點</p> <p>在進入複試之後，因該校有特別提及希望教學演示</p>

	<p>中可以融入雙語教學部分，因此針對技術型高中生涯規劃科之十二單元，設計十二份十分鐘之教案，同時展現雙語教學能力，融入教學過程中可被檢視的獎勵及評量制度，使評委可以看見考生具備該校想要的的能力。</p> <p>而複試也有由學生扮演個案的個別諮商與諮商口考，與其他校的考試方式類似，因此不再重複贅述。</p>
--	--

二、資料蒐集

(一) 考試規則：

可參照 107 年「輔導科教甄考試說明與準備經驗分享」，由心輔系 106 級李紫綾同學所撰寫的文章，了解近期教甄相關考試制度、內容與時程之說明。

(二) 學校資訊：

可自行上校網及相關論壇，了解學校風氣、學生型態與學區狀況。每間學校的特色都不同，勤做功課，多找人詢問、了解，都不會是壞事，知己知彼，便能百戰百勝。

三、找出自我優勢——申論題準備

因 107 年考季尚處於許多混沌與迷惘中，並無明確方向的準備教甄，因此不斷失利。今年鎖定高中職獨招，因代理學校是高中體制，一方面也是因各縣市高中職獨招之機會相較之下較多，另一方面則是因為去年經驗，評估自己在獨招初試表現相對亮眼，因此做出這樣的選擇，除了可以更加鎖定自己準備的內容，也可以減少報名費浪費的情形，專注在自己考取想要工作的地區及體制。

107 年的代理經驗並不是很好，花了許多時間處理自我否定及失落沮喪的情緒，因此直至 108 年 2 月初，才開始著手準備參考教甄考試。雖然時間看起來很急迫，但當瞭解到自身優勢，並重新組織應考的方式，在考取第一間學校即獲得正取的肯定。

申論題的準備，則參考 105 年「教師甄選經驗分享——高中輔導科以筆試申論題答題為例」由陳建良學長的分享專文，學習申論題模板，而後修正成自己所能上手的模板。主要針對四部分進行練習：108 新課綱、輔導諮商題、學校輔導計畫題、教學與小團體教案。

(一) 獨招筆試方式：時間多為 100 分鐘，題目約四到五題不等。

1. 審題時間：一拿到考卷的 10 分鐘。

瀏覽每個題目後，在旁邊寫下想要表述的架構及關鍵字（專有名詞），而後開始書寫題目。每一題會限制自己在 20 分鐘內應答完畢，這樣的方式加上審題大約 90 分鐘，若有未能詳細表述的題目內容，即可用剩下的時間補上。

2. 清楚架構：書寫上講求「先求有架構，再補足內容」。

善用「壹貳參、一二三、(一)(二)(三)列點」，能讓評委方便且清楚閱讀。首先以自己修正好的模板，先將該題型架構寫上，留下足夠行數，補上想表述的內容。

(二) 練習申論題方式：

勤練筆是必須的。在 107 年第一次應考失利，只寫了一半後，便開始學習掌握考試時間。而今年在決心開始準備後，除了嚴格的時間限制，題型的掌握方向也更為明確。

1. 時間與題型：一天會練習三到四題，以 18 分鐘完成為目標。

因考試設定一題完成時間為 20 分鐘，因此在練習時會壓縮得更緊。我會每三天選擇四部份的一種題型反覆練習，這樣的方式可以達成精熟學習的內涵，使自身在這類型的議題中，因反覆練習可以有更深化的表述內容，以自己表述的方式提出評委想要看見的重點，會是得分的重要關鍵。

2. 修正應答：提升快速組織內容並流暢表達的方法。

在練習後，會先以不同顏色的筆補上自己發覺不足的部分，最後才用紅筆參照網路上可能有過的解題、自己翻書及上網看到的資訊，以考試會希望出現的表述方式修正應答內容。

3. 重複練習：同一天練習兩次同樣的題目。

經由修正應答內容中，尋找書籍或網路的資訊，協助得到更多資訊，也能更完整表達應答內容。透過立即地重新練習，是筆者確保自己有將內容學習起來，重新組織的方式。

過去的考古題有些可能已過時，但可大致看出學校的出題方向。蒐集考古題，再針對現階段的新課綱、新法規等，修正調整題目，反覆練習。若實習及代理學校主任老師能夠協助審題、修改應答內容，相信可更精進你的應試能力。

參、代理期間之心態調適

一、找尋資源

因同屆同學無論是應屆考上，或是各自有代理的職位，可能不像大五實習時可以密切見面、聯絡，以督促彼此唸書及成長。然而，建立支持系統仍是相當重要的。不管是要重振旗鼓、繼續準備下一年度教甄考試的壓力；或是第一年成為職場新鮮人，遇到的所有困難與挑戰，都需要有抒發及相互扶持的夥伴。

在此建議可以繼續邀請需要一起應戰的同學，組成支持性小組，或是若能在代理學校中，找到可以信任的夥伴、實習老師組成讀書會，都是很棒的選擇。建議可以積極正面地面對擁有夥伴這件事情，雖然考取教職不是一件很容易的事情，

有時候也會因為同期夥伴已考上而感到些許的失落及自我否定，但千萬別將這些人視作敵人。每個人的機運不同，彼此協助才可加快達陣，而當需要幫助時，夥伴們也都會盡其所能地給予幫助的！

二、人脈建立

在代理學校的人脈建立是相當重要的，不管是擔任何種職位，都要謹言慎行。在合理的範圍內協助校務，若有不合理的部分，可以委請主管協助推卻，但因正式踏入職場，有時候身不由己的事情還是不少。在代理階段時，接觸的人事物會比實習階段多更多，他人對自己檢視的標準就已不再是就學的大學生，而是「能負責」的工作夥伴，因此適當的應對進退技巧，以及良好的工作態度都是必需的。或許這之中會有未來能夠協助自己考上正式教職的貴人（因許多獨招學校都會跟實習及代理學校，在合理的範圍內打聽考生的狀況），或是教育現場打滾多年的資深教師，能夠協助你探聽應考學校的狀況，使你能更謹慎地選擇考試學校。因此人脈的建立，是這個階段相當重要的，切記代理期間的成長，遠比實習階段來得更紮實且快速！