

跌倒，是為了學會如何爬起來

特殊教育學系 103 級

桃園市立中興國民中學 卓芳廷

大學四年，身處全師培的特教系裡，幾乎全班都是以成為一名教師為目標，故教程是必修的課程，而在這一路成為正式教師的旅程中，教程真的是一切成功的原點，紮實的知識學習的確確是邁向成功的第一步，如果沒有在大學四年好好打下基礎，那麼往後離成功的路只會越來越遠。對此我有感而發地衷心感謝系上的所有老師，如果沒有老師們的循循善誘、殷切勉勵，甚至是所謂的「重科」（由一疊一疊厚厚的報告與考試累積而成的）要求，我今天就不可能能夠成為一名正式教師，而且我認為除了正式課程帶來的豐富知識十分重要以外，還有潛在課程帶來的專業能力更是成為一名教師不可或缺的東西，例如遇到一個從沒做過的報告形式或內容，在慌亂焦慮中要學習面對、解決問題，不只訓練自己的問題解決能力，也同時讓自己學會增強自身的抗壓性。此外在我們系上一直十分重視的就是「團隊合作能力」，很多團隊合作的溝通技巧跟磨合都不是口頭上所能教授的知識，而是親身經歷、在跌跌撞撞中一磕一碰去學習、去獲得的，在大學四年裡面，我與班上同學、其他系的同學、上至學長姊，下至學弟妹都有非常多的合作機會，而在與這麼多形形色色的人合作時，遇過十分契合且順利的人，當然同時也遇過很難搞的地雷組員，但我發現不論是擦出好或壞的火花，我們都能夠從中學到「包容」與「耐心」，因為我們都在慢慢學會如何配合別人的腳步、如何與他人走出相同的頻率、怎樣解決與他人之間的誤會或矛盾，而這些都是十分實用且重要的能力，因為試想成為一名教師後，你也要面對各式各樣不同種類的學生，他們來自不同家庭、不同背景，你要如何與學生擦撞出亮麗的火花？如何讓學生知道你心中的那把尺界線在哪裡？而除了學生以外，你也會遇到伴隨學生而來的每個家長，他們也是你很大的挑戰，要去適應各種不同背景的家長與其價值觀。此外在學校內當然還有重要的行政人員與其他教師，他們也來自不同地方、身處不同的職位與角色，你也要學習配合或領導，是故，在大學修習的教程中，千萬不要放棄任何一個可以從團體合作中學到寶貴能力的機會，也不要吝於學習任何相關專業知識的內容，因為時間一旦過去就再也回不來了，請不要讓自己在往後的某一天說出：「早知道我當初……」這種遺憾的話。

而隨著時間的推移，我們系上在大三下其實就已開始進行教學實習的課程，大四上主要是行政實習、大四下則是集中實習（含教學與行政），在校內實習的階段，我猶記得那時大三的自己，因為上臺教學而感到焦慮與緊張，事前做足功課，寫一份自己覺得對得起自己跟學生的好教案，而在上臺的前一刻，卻總是緊張到反胃、想吐，好幾次我都擔心、懷疑自己會直接在上臺前夕真的吐出來，可是我硬生生的忍住，按著自己的心臟試圖安撫那早已控制不住的心跳，告訴自己：「我可以！我要成為一名老師！」因此我總在上臺的那一刻開始，投入整個課堂、投入與學生的互動中，完全忘了上臺前的不舒服以及緊張，我知道，內心

深處的自己十分享受在臺上的自己，也因為學生的熱烈回應而感動不已，因此就算實習真的很苦很累很忙碌，但是我總是記得一句話：「初生之犢不畏虎」，沒有人天生就是完美的教師，我們都是要在挫折中學會壯大自己、改變自己，讓自己成為一名能夠勝任教師這份神聖工作的人。大學四年其實這樣就過去了，一下子就來到重要的大五教育實習，我選擇去自己國中的母校實習，因為我是臺中人，家鄉是個非常純樸的鄉下，所以母校也是個小學校，且只有資源班的服務，儘管當初在決定實習學校時一度掙扎著學長姊言猶在耳的建議：「留在臺北與同學們奮鬥、找臺北裡面某些特教服務較多的學校可以學到更多！」但我還是毅然決然的選擇回到母校實習，因為我始終相信，只要有一顆真誠、認真、像不倒翁般的永不放棄之精神，不管在哪裡我都可以學到東西，因此在實習期間，我認真對待每一份主任、組長交代下來的行政工作，即使只是簡單的打電話聯絡，我都用最嚴謹的態度去達成，而在教學的過程中，我始終秉持著每堂課寫一份教案、課後撰寫檢討心得並與指導老師討論的習慣，雖然這樣的習慣常常把自己搞到疲憊不堪，讓指導老師常常忍不住對我說：「你不要這麼認真啦！」但我還是持續不間斷的在做，因為我知道我不能放棄，在前往教師的這條路上我已經努力了這麼久，我絕對不想對不起那個一直以來努力的自己，於是乎實習結束了，我帶著滿滿的收穫與回憶去拚教師檢定考，不管讀書的過程中有多乏味、多疲憊，我總會想著指導老師、主任、組長甚至校長的勉勵，還有最重要的我最愛的學生，他們曾經對我說過：「1314520（一生一世我愛你）」讓我更想要早日成為一名好老師，繼續去傳播愛的種子給每位我教的學生，只要想到他們在我課堂上綻放的笑容，我都有動力繼續念下去，因此在教師甄試的荊棘路開始行走之前，我們心中都要有一個堅定不移的信念，可以讓我們在遇到種種困難、覺得很疲憊很想放棄的當下，能夠因為這樣的信念而繼續堅持下去，然後在開心拿到教師檢定通過的成績單之後，開始面對緊接而來的教師甄試。

教師甄試，從大一開始到畢業，就一直是心中的目標，為了成為一名教師，必須通過教甄這場硬戰，而因為系上學長姊往年的優秀成績，是一種動力卻也是一種壓力，動力帶來自信，可以相信自己也能闖出一番好成績，壓力卻能帶來挫敗，尤其在每次的失敗之中就會累積更大、更多的壓力，深怕考不上。不過正所謂柳暗花明又一村，每次的失敗經驗其實就是往成功的道路上邁進，每次的跌倒，都是為了讓我們學會如何再爬起來繼續走路，因此，我將用我今年的教甄經驗分享給未來每個需要考教甄的準教師們，希望你們都能夠越挫越勇、達成你們想要的目標。

我從全國高中職聯招開始，考過兩間高職、新北高中職，但唯有進過新北高中職的複試，因此從場場初試的挫敗中，讓我清楚了解到自己在筆試方面的不足，也更加重視初試的重要性，因此對於初試的準備有以下幾點具體建議：

1. 熟讀陳嘉陽的教育概論（魔鬼藏在細節中，往往考出來覺得好細、沒看過，結果翻閱陳嘉陽的書發現裡面都有，這時候就會很嘔！）

2. 多做考古題（盡量做過至少最近兩年的題目，並且確實做成錯誤筆記，且架構要清楚易懂，方便考前在複習時能快速瀏覽！）
3. 注意當年最新時事（可瀏覽各縣市的教育局網頁，看看目前可能通過哪些最新法規、推行哪些教育政策、重視什麼東西！）
4. 法規要熟背！（超常考、非常會考、考前必念法規，只要熟背法規基本上分數都不會太難看！）
5. 做出屬於自己的完美筆記（書本內容很多很繁雜，可以自己歸納整理出自己看的懂又清楚的筆記，不僅可以更清楚架構也能夠讓自己比較願意去念它！）
5. 參加讀書會（與同學們組成讀書會，訂定讀書進度互相督促，一起打拼努力會比自己一個人讀還要更有力量！有問題也可互相請教。）

對於教甄，高中職與國中的準備方向有所不同，所以其實自己心裡要很清楚自己比較想要擔任哪一個階段的教師，因為我本身喜歡國中，所以高中職的考試對我而言其實就是有助我累積經驗，提前對教甄有更具體的概念，提早知道自己的不足才能去加以改進、努力，因此在高中職考試屢戰屢敗的狀況下，我依然不放棄的努力準備直到國中聯招開始，而我在國中聯招考過的縣市如下：

- 初試：臺北→新北→新北十校→高雄→桃園→南投→臺東
- 複試：新北十校→高雄→桃園【在此考上】→南投→臺東

看完上述考過的縣市，希望大家心裡會燃起一股感受：「不到最後一刻，千萬別放棄！」我就是在屢戰屢敗中終於獲得甜美的果實，因此不要輕言放棄。

以我聽過學長姊以及自身的經驗來說，通常真正考前最慌、最無所適從的就是有關複試的準備，因此以下我將詳細分享關於每場我參與過的複試之心路歷程與具體建議：

1. 新北十校：因為我是第一號（通常初試越早報名也就是准考證號碼越前面，進入複試也就可能是第一號），所以一開始準備室會處於比較混亂的狀況，前十分鐘還有義工學生在旁邊嘖嘖喳喳，而工作人員手忙腳亂，因此要能夠做到在緊張中保持鎮定、忙亂中保持穩定，不要被環境干擾，而能夠靜下來準備自己的試教是很重要的！

再來就是提醒大家如果你的聲音屬於比較小、比較柔、比較高的話，真的要好好保養喉嚨以及訓練自己腹式發聲，否則就會像我一樣在熱的要命的教室內試教，電風扇特別大聲，評委距離又不是很近，就要更大聲的講話，試教完又接著口試，基本上教完再口試就已經快沒聲音了，這也會影響到口試的表現！

2. 高雄：錄取成績為筆試 40%、複試 60%，試教 15 分鐘，範圍為特殊需求領域課綱全部，去抽某領域中的某個指標，沒有口試，評委有 5 位，準備時間 30 分鐘。我那時抽到溝通訓練領域裡面的其中一個指標是有關於打招呼

的，所以我就設定是特教班，然後教早安、午安、晚安分辨情境打招呼，不過這場我筆試成績低、試教也沒有特別出色，所以就沒錄取，還蠻大打擊的！但這時候更重要的是給自己非常多的心理建設，每場考試的時間都很接近，沒有多少時間可以傷心，因為再來又是一連串的複試在等著我！

3. 桃園：當天我是第一號（又是太早報名的結果），準備其實不到 30 分鐘因為工作人員還在手忙腳亂，然後我的試教時間一到儘管準備不到 30 分還是就強迫我直接上去教了，但因為是事前就準備好八份簡案跟教具，所以就覺得還好，然後一進教室，發現學生男女性別跟簡章上說的都不一樣，突然變成是兩男四女，所以已經事先做好的學生名牌就有一個女生是男生的名字，蠻窘的，而且點名時第一個學生就給我出狀況說：「那不是我的名字！」還講超多遍，當下真的一度不知該怎麼辦，後來就請另一個看起來比較願意配合的男生請他示範，幸好他真的示範了，後來才順利把狀況圓了過來不至於繼續窘在那裡，因此有學生的考試充滿挑戰，要能夠因應學生可能會有的狀況，但也可能正是展現我們專業能力的好時機，因此保持冷靜並隨機應變是很重要的，但也因為這樣拖到後面複習活動完全沒帶到，鈴一響就趕快複習結尾了，也不要再硬去帶活動，否則超過時間是會扣分的！

之後專業問答評委都會針對剛剛試教的東西去詢問，我被問的問題有：你的教學目標？你原本設計的複習活動如何進行？自己覺得教的滿意跟可以修正的地方？對象是資源班還是特教班？你認為還有哪些基本條件（我抽到職業教育的工作基本條件指標）？你希望學生可以在這堂課裡面學到什麼？最後一分鐘做個簡單的自我介紹。當下評委聽完問題都蠻嚴肅的皺眉，所以我還以為自己沒希望了，可是後來竟然錄取了真的很驚喜，因此這場最大的心得就是：筆試衝高分很吃香、八套教具都做到越精美越好即使只會抽到其中一個、多層次教學一定要做出來、專業問答評委再嚴肅都還是要記得微笑、考完出來就算覺得沒希望還是要趕快準備下一場，永遠不要回頭去看，像我那時隔天就要考南投複試，壓力真的蠻大的！但還是要努力準備。

4. 南投：我是第一號（又來了），但這次由於自備，所以在準備室裡 30 分鐘真的還蠻開心的可以從頭到尾在腦中想過好幾遍試教流程而不用趕，此次自備是桃園考完當天飆回家裡寫出詳案跟做教具之後隔天就上場，準備很趕，可是因為在桃園準備的八份裡面有一份已經事先為南投作預備的教具，因此當天只需趕出教案跟把教具做完整，基本上還是趕出來了（這算小技巧，可供同時考上時間很近的兩場複試卻不知道該怎麼辦的解決方法），在準備的同時也要給自己莫大的信心與鼓勵，讓自己可以在短時間內專注、努力去面對，千萬不要自亂陣腳、被時間嚇到手足無措。評委當天只有兩位，人很好都會笑，基本上按照自己的劇本順順的給它演完就很棒了！而口試的部分評委也只有兩位，都會燦笑，且大部分都只問一些個人檔案裡面的問題，不會問艱深的專業問題，且好像在聊天的感覺，不過還是要提醒大家，不是每位

評審都是如此和顏悅色，如果自己的外在表現會因評審的一舉一動、一顰一笑而有太大的影響並不好，仍然要學會**保持微笑、集冷靜與熱情於一身**。

最後還要叮嚀一件非常重要的事：保持頭腦清醒，清楚自己想要考國中或高中職，積極關切教甄期間每場考試的資訊，不要漏掉或搞錯任何報名、考試的時間與地點，以及複試的考試方式與規定等等，切記「成功就是比別人多一份用心。」不要讓「忘記、粗心」出現在重要的考試期間，倘若真的出現了，也要用堅定不移的勇氣去冷靜面對、處理問題！以上分享了許多有關自己本身在準備教甄這場硬戰的心路歷程與考完的具體建議，希望能夠對未來要準備考試的學弟妹們都有很好的幫助，且要提醒大家最最重要的是：保持身體健康，帶著熱情去考試，莫忘初衷，與壓力共存，與夥伴打拼，努力再努力，堅持到最後一刻，成功就是你的！加油！