

自傳、自述撰寫

一、寫作內容

(一)基本資料

包括你的姓名、住址、電話、就讀高中等。至於家庭情況，可以略微提及，除非家庭與你甄選的科系有濃厚的相關，或是引起你甄試該科系的動機，否則不必描述得太瑣碎。

(二)動機與目的

教授們多半會非常注重你選擇該校系的動機，因此最好多加著墨，寫得感人肺腑、可歌可泣一點。

(三)求學經歷

簡單說明自己的求學過程。如果與甄試科系相關的學科分數很高的話，要特別提出來強調一下。

(四)個人成就、競賽成果，以及從中所學習到的身心成長多提點具體例證，說明你的特異功能，並強調你是如何艱苦卓絕、歷經身心挑戰才得到這樣的成果。

(五)個性、優點、缺點

多花點腦筋和時間，想想自己的大大優點和小小缺點，並且具體舉例說明之。想不出來的話，問問你的親朋好友，聽聽他們怎麼說。

(六)能凸顯自身能力的課外活動你參加的校內、校外各項社團、活動。說明你的參與、付出程度。由這項說明中，教授可以判斷你的人際處理能力、群己關係等。

(七)特殊技能

除了個人才華之外(會第二外語、電腦程式、攝影、樂器之類)，你的領導統御能力、情緒管理能力、溝通表達能力、批判思考能力、創造思考能力等，都是很重要的項目，可以附帶一提，如果你具備的話。

(八)興趣、嗜好

你平常喜好的休閒活動。

(九)生涯規畫

你對自己未來的規畫與看法

二、寫作原則

(一)根本精神：隱惡揚善

(二)基本要求：「通順無錯字」

(三)進階要求：獨特

下筆前先想清楚，你要表達的是怎樣的一面，要強調什麼，要舉什麼例證來說明自己的能力，記住，少用「一堆形容詞」或是含混不清的例證，你要寫的是「有力的事實」。

(四)破關要求：「引人入勝，令人感動」

說之以理，更要動之以情。你的情感動機強烈，描述生動、清楚，如果能引人入勝、令人感動的話，會有意想不到的效果的。

(五)切忌「筆跡潦草」

看到一封又髒又亂的稿件，誰有興趣往下翻？誰相信這樣的考生是深具潛力，表現優秀的呢？說不定教授們看都不看就往垃圾桶一扔了！

(六)切忌「平凡無奇」

自傳，並不是「自白書」、「流水帳」！應該把他當成「應用文」、或是「文學創作」來看待。你可以當作敘述文、散文、寫實小說、甚至是企畫書來寫作。

(七)切忌「說謊造假」

如果編造一些事實上沒有發生的事，小心被揪出狐狸尾巴！

(八)切忌「內容空洞」

(九)切忌「完美無瑕」

記住，我們都是平凡人，都有缺點，不是那種「小時候看到魚兒奮力向上游，悟出了人也要奮鬥才能成功的道理，從此奮發向上，終成一個世界偉人。」的一代完人。要知道，你所寫的文件，都是評審委員發問的「必定參考資料」。

(十)要表現自己與眾不同的地方。例如：

1.為什麼我文理科成績都好，卻選擇了文(理)組、並選擇某系就讀。(談自己的理想、抱負；我覺得某學科發展潛力甚大，值得全心投入；某人給我的啟發；參加研習營的影響；想導正目前某學科的研究方向；家人、師長、朋友的鼓勵；讀某偉人傳記，心嚮往之……)。

2.即使我在校成績平平，但對某方面(電腦、文學、哲學、機械.....)特別有專精、有興趣。(我曾得過什麼獎？曾被老師如何誇獎？有那些特殊的見解？曾表現出某方面的天賦？完成那些難得的成就？根據性向測驗，某方面表現超越常人？曾跟老師辯論過什麼問題？在社團中有何卓越表現？.....)。言詞不可抽象，要具體。多舉例說明，而且要使人印象深刻。引用名言、善用對比、引述故事(事蹟).....。

三、專家建議

(一) 評審委員的建議：

評審委員是自傳的「消費者」，因此評審委員的意見，是相當值得重視的，本節將列舉數位評審委員的意見，以供參考：

◎耿志堅(國立彰化師範大學 中文系副教授)

1.自傳：它的作用：

(1)瞭解該學生的狀況及興趣。

(2)文筆方面需要特別地修飾，因為它會影響口試時考試委員在評分前主觀的印象。

(3)自傳本身需註明自己的興趣、專長、經常接觸那一類的書籍或作品，以便口試時作為出題的依據。如喜歡明清小說，我會請考生具體說出一、二本內容方面的心得，也許在相關的考證、常識、歷代研究成果方面提出問題，測驗學生真正瞭解的程度。

(4)自傳本身需註明自己未來的計劃(研究方向)，以便讓口試的委員瞭解是否符合自己學校的需求。

2.自傳的內容：

(1)家庭背景(簡述)。

(2)求學經過(簡述)。

(3)在學習過程裡，有何特殊的表現。

(4)是否參加過相關的比賽，有何實體的成績。

(5) 社團或其他表現(與最好與報考的科系有關)。

(6) 未來對專業領域的期許。如果甄試通過了，自己準備研究(學習)的方向。

◎ 林惠芬(國立彰化師範大學 特教系主任)

擔任大學推薦甄選之評審，通常會有機會，而且也會主動去閱讀學生自述與自傳，以便初步了解學生的背景。自傳的內容不全然會影響評審委員的評分，但是如果是一份文筆通暢，內容詳實的自傳，一般而言，會給評審委員較好的第一印象。常發現學生在撰寫較為格式化的自述時，大多是依各個問題直接回答，我個人認為這好像是考試時，回答問題似的，似乎不像是在「自述」。對於這種寫法，我想建議同學們在回答問題時，能加上「我」這個字，同時內容再稍加充實，如此才易使文章內容顯得有骨有肉，較為充實。

基本上不論是「自述」或「自傳」，都是在告訴別人自己是一個怎樣的人，家庭背景是什麼，自己的興

趣、特點是什麼，所以如果能清楚的交待這些個人資料，應該可以協助評審員了解自己。

至於書寫的方式上，大學推薦甄選報名表內所提供之撰寫重點，相當齊全，應是每位評審委員所想了解的内容。因此，只要每位參加者能依這些項目，詳細撰寫，應會給評審委員好的印象。

(二)高中職教師們的建言：

建言(二)：

提及推薦甄選之「學生自述」與「自傳」兩部份時，首先針對「自述」做一澄清，一般所謂的「自述」是指：

- 1.個人家世。
- 2.個人家庭生活。
- 3.個人學校生活。
- 4.個人興趣與專長。

5.個人志願、生涯規畫。

6.對社會、對國家、對世界的看法。

而四技二專推薦甄選則有其固定格式：

1.興趣與特長。

2.學業及課外活動之表現。

3.未來學業及生涯之展望。

4.其他

因此，「自述」的寫作乃因時、因地而有不同，藉此說明，以免誤解。參加推薦甄試「自述」的寫作應避免繁雜式的敘述，要力求簡單扼要，其寫作重點為：

1.強調個人的志趣和該科系相契合。

2.刻意強化過去的表現(甚至於渲染誇飾)。

3.自我期許和未來的規畫－從事與該科系相合或相近的工作、研究。

「自傳」則要明白交代家庭背景(尤其有利於學生未來在該科系發展的因素，要大書特書)，其次說明自己的濃厚興趣、自己的強大意願(予以讀者強烈的說服力。)自述和自傳均需以「第一人稱」的方式來寫作—「我」……，「我」……。這是強力推銷原則，明白地表達自己，鮮明地標榜自己，有力地吹捧自己。如果一個有強烈的企圖心者和一個婉約陳述理由者相比，顯然前者較有勝算，較有可能獲選。把握「段落要旨」—每一段要寫出的重點，要充分掌握，佈局得宜。事先想好每一段的寫作重心是什麼，有如烹煮佳肴，這一道菜是「鹹」味，下一道菜是「甜」味，再來是「辣」味……，是各有其特色，不是道道菜都是半鹹半甜，毫無分別。採「時間」順序或「時間」不同為寫作依據；也可以採「空間」不同的敘述方式。相信以此要領，會有合適的表現。

◎建言(二)：

自述和自傳可說是在「不見其人」的情況下，給他人的第一印象。印象之所以產生，必須是具體、特殊的，才能在心中留下不可抹滅的記憶，例如介紹阿里山，日出、小火車、神木等都是必須提及的名勝，因著這些據點，讓人對阿里山產生整體的聯想，而自述和自傳使人有著產生「印象」的功能，以下則就印象的產生做原則性提示：

1. 整體才能的介紹：

文章有敘述觀點，並以敘述觀點做理論架構，然後收集相關材料。同樣地，在自傳中你想要給他人怎樣的整體印象？是活潑外向、有領導才能；或是細膩思考，有籌劃才能。這時你可找出自己獨特的一面，並收集具體事實敘述，如此可給人整體深刻的印象。至於把自己寫得「十項全才」，很容易讓人有「編故事」的感覺。

2. 具體事實的陳述：

在列舉興趣特長、學業活動的表現時，不宜只是空泛、抽象地說明，應具體、明確地舉出自己曾經擔任的幹部、遭遇的事情和處理的方式，或是參加比賽的經驗和名次。因為「行動的智慧比其他計劃都重要」，有了具體事實就表示你實現人生的能力和潛力。

3.特殊才能的發掘：

在自傳中，若是每個人都提及其打球的專長和興趣，這打球的特長就不出色了，而曾經籌備球賽或擔任裁判的經驗，則會讓人留下較為特別的印象。

4.自信的文詞表達：

過於誇張的文詞與一味謙虛的態度，都無法突顯自我特色；一篇有自信的高中生自傳，在內容上宜以肯定學生生涯為特質，在敘述上則避免冗長、抽象、籠統，代之以明確、具體的字眼，並適時加入師長、同儕的評價。

