

心理學 準備要領

(高上補習班提供)

心理學主要是源於哲學，而哲學又是相當深奧的學問，除了作為學術研究之外，很少人會為了準備考試仔細地研讀它。同樣的，心理學中許多理論、專有名詞對考生而言都相當生澀，加上考生都非本科系，因此對心理學如何準備相當頭痛，而一般人在這科也很少拿高分。其實只要懂得研讀的竅門，會發現心理學應是所有科目中準備最容易，且對日常生活上應用也是最有幫助的。

一、準備訣竅

將坊間有關心理學的書籍 如後介紹之參考書目，集其綱目並列表之，透過歸納整理，即可知各書皆含括的精華主題，另一方面，亦可勾勒出心理學內容架構的概貌。

(一)選擇主要書籍熟讀：選擇一本內容較為完整的入門書著手，瀏覽一遍，對心理學有初步的認識之後，再重新仔細研讀，但並非死背。在心理學中有一章談到增進記憶的方法，便是最好的應用題材。所謂「長期記憶」、「短期記憶」不僅是心理學上的專有名詞，也是考生切身的心理歷程，如能加以發揮，有必收穫。

(二)相關章節相互配合研讀：心理學的每一章內容，都是環環相扣，互有關聯。運用聯想的方法，可以對心理學的內容有深刻的印象。首先須應了解的是濃縮全書內容的緒論。從緒論瞭解到心理學的內容、歷史發展、主要理論觀點、研究方法。其次的重點是心理學的歷史發展（

或者是主要理論派別），從心理到生理歷程，每一個理論各有其獨特的看法。所以應先將理論部分仔細研讀後，再與各章的內容，如：人格、動機、情緒、社會行為等主題相配合，達到融會貫通之效。在熟讀之後，便以利用各章歷屆考古題來做練習，這除了用以瞭解各章的考試重心之外，藉此，亦可磨練臨場的答題反應與技巧，以及學習時間之掌控。

(三)命題趨勢分析：前面所提的均為考生充實心理學內容的方法，但考試除了本身具備實力之外，更需要掌握命題趨勢，在題型方面，以近五年為例：申論題多朝比較、綜合分析及應用的方向出題；選擇題則偏重能活用、融會貫通所學，難度不高。而解釋名詞多屬基本、平易，少數較新穎的專有名詞，多出於新出版的書籍，需稍微留意。而歷屆試題亦是不可忽視的內容，從歷屆試題可知重點所在、出題型態以及方向。

- 1.緒論：心理學的目的、發展、性質，研究領域、研究方法與模式。
- 2.行為的發展與生理基礎：發展的意義與研究，發展的性質與影響。②各式發展理論。③青少年的發展。④生理發展。
- 3.學習原理：①學習的性質與變項。②學習的方式與類別。③各式學習理論。
- 4.記憶與遺忘：①記憶的意義與測量。②記憶系統。③學習與記憶歷程。④遺忘的原因。
- 5.思考、語言與創造：①思考的性質與種類。②推理與解決問題。③語言與思考。④創造力。
- 6.動機、情緒與攻擊：①動機的性質與類別。②動機理論。③情緒的性質、理論與管理。④攻擊理論與攻擊行為。

7. 感覺與知覺：①感覺的特徵與歷程。②知覺及影響因素。
8. 能力與能力測驗：①心理測驗的性質與功能。②智力與測驗。
③智力理論與個別差異。
9. 人格與人格測驗：①人格理論與人格測驗。
10. 社會行爲：①印象與行爲歸因。②人際吸引。③社會影響。
④團體歷程。
11. 心理衛生與心理治療：①挫折與衝突。②焦慮與生活壓力。
③變態心理學與心理異常。④各式心理治療理論。
12. 諮商與輔導：①諮商與輔導。②輔導計畫與模式。③輔導人員的角色與特質。④諮商歷程。⑤團體諮商。⑥諮商倫理。
13. 心理學的應用：①心理學在工業上的應用。②心理學在法律上的應用。

由上述可知歷屆試題重點的分布情形，而其中除了變態行爲與心理治療之考題方式以解釋名詞爲主外，其他各章節均以申論題居多。近一、二年，輔導理論概念及技術也漸被重視，題型以申論應用居多。

二、答題技巧

「心理學」的命題方式，大約可歸納爲三種類型：即解釋名詞、申論題、應用題。由於考生閱讀的參考書，大致相同，因此決定得分的高低則在於答題是否完備及是否能綜合各家看法而有自己創見，並加上舉例。在基本答題方面，以申論題爲例：

(一)先解題：了解題意及答題方向爲何，並預計答題時間。

(二)回憶重點並組織：

1. 先寫一小段引言，導出重點內文。
2. 分點敘述，詳加說明。
3. 綜合評論。

