

1. 在不同的心理學領域中，您認為哪一個領域與健康行為科學最具關聯性？並請簡要說明理由(15%)。另請列舉一個該心理學領域中所使用之理論，並說明如何將其應用於一健康行為研究中？(15%)
2. 社區心理學強調影響個人心理層面的外在環境或多元脈絡。請選擇一個心理學理論，並描述此理論可能觸及個人與環境互動之層面 (10%)，並簡單說明如何應用該理論於健康促進 (10%)。
3. 抽菸是導致多種疾病的重要危險因子。請應用你所知的心理學理論，說明為何抽菸者會持續抽菸？(10%) 如何應用心理學理論來幫助人戒煙？(10%)
4. 在下面的案例中，有觀察到什麼樣的心理學現象？
 - 甲、一位開始參與民間廟宇社團的青少年，看到同伴們都有吃檳榔的習慣。他覺得如果不一起吃檳榔好像無法融入群體，而開始嚐試吃檳榔。漸漸地他每天都吃，不吃的時候會覺得怪怪的，提不起勁來。後來他因為口腔有些咬檳榔造成的小傷口而去看牙醫，牙醫聽到他有在吃檳榔，花了一些時間跟他解釋檳榔會造成口腔粘膜受傷、病變、甚至口腔癌，他想到最近一位家族長輩在長年吃檳榔後，被發現有口腔癌，進行了大手術，臉部有很大的傷口和變化，他覺得自己好像也可能會發生這種情形，而且似乎是很嚴重的病，因此開始考慮不要再吃檳榔，但又想到去社團時，如果大家都在吃，自己不吃好像怪怪的，覺得很猶豫。(10%)
 - 乙、年輕就開始有飲酒習慣的一位男性，一開始是因為工作上應酬需要而經常飲酒，之後在有工作壓力、睡不著時，會獨自喝酒來助眠，漸漸要喝越來越多的酒才能入睡，並開始有一早起來就想喝一口，不然會有很不舒服（冒汗、焦慮）的情形，也有一次在大量飲酒後開車撞到前車，但事後想不來事情發生經過的情形。他的家人非常擔心他的情況，也反對他飲酒，他開始到醫院就診，被轉介到精神科與心理諮詢，他參加了戒酒團體，認識了同樣也想戒酒的朋友，團體中大家互相打氣。維持一段時間不喝酒後，他對戒酒也越來越有信心，相信自己應該可以成功。(10%)
5. 什麼是自我效能 (self-efficacy)？請簡述其內容，並以一種不健康行為（抽菸、飲酒、身體活動不足、高風險性行為、使用非法藥物等）為例，用來說明它用於改變不健康行為的重要性。(10%)

試題隨卷繳回