101105028歷史四 莊主斌

1. 人類的心理發展包含了認知發展以及社會情緒發展。認知發展是人們心智能力變化的一連串系列歷程，在某些情況下，即使年齡跟經歷增加，認知能力也始終保持穩定；社會情緒發展是指人們的情緒、性格、人際關係、道德信仰與行為的一系列變化與穩定的歷程。

例：從幼稚園到小學、國中、高中以至於大學，在個性、興趣、同儕團體以及與家人的關係都會有所改變。

1. Piaget相信隨著認知的逐步發展，孩子會因為不同的發展階段而獲得複雜的基模，這是孩子用來組織世界的心靈架構。當孩子現有的思考方式與基模可以應付環境時，便處於認知的平衡。而當接收到目前基模無法配合的新訊息時，孩子會試圖以同化或調適的方式將新訊息納入基模中。

例：孩童在發現新事物時，會設法了解跟這個事務有關的資訊，以便將其融入現有的基模中，或是建立一個新的基模。

1. Vygotsky強調學習在認知發展中扮演的角色，對他來說，認知發展是由外到內的，透過內化而產生。當孩子與環境中的其他人互動時，他們可能會幫助或阻礙孩童的認知發展。他也強調天賦的重要性，除了觀察孩童已發展的能力外，還要去發掘孩童潛藏的、未能發展出來的能力。

例：父母對孩童的教導，影響他的言行，而這樣的結果可能有好有壞。

1. 指只專注在自己的觀點，而無法看到其他人的不同想法

例：有些人做事喜歡獨斷獨行，不願意接受其他人的幫助或建議，也不承認其他人的看法。

1. 從某一特定環境中吸收知識的過程。

例：從家庭中學習，對孩童的個性會造成很大的影響。

1. 人與人之間產生一種強烈且持久的情緒連結。

例：對父母的親情。

1. 有三種模式

躲避依附：母親在場時孩子通常忽視她，離開時也表現出低度的悲傷。

安全依附：母親在場時，孩子優先注意母親，但不過分依賴；母親離開時會表現出一些悲傷；母親回來後透過擁抱使幼兒恢復平靜。

抵抗依附：母親在場時幼兒表現出矛盾反應；當母親短暫離開返回後，幼兒表現出既想獲得又想抗拒的反應。

1. 嬰兒期是信任感的基礎建設時期，嬰兒透過與他人的關係，如照顧者對嬰兒情緒與生理需求的滿足程度，形成了信任與不信任的基本態度，以後，他們以此基礎產生對世界的信任與敵意感。

例：嬰兒時期父母的照顧程度，反應出幼兒成長後，對人的接受程度。

1. 層次一：道德成規前期，道德推理是依據行為是否能夠取悅別人已獲得獎勵，或避免被懲罰而出發。

層次二：道德循規期，社會規則已經內化；個體遵守規則是因為遵守規則是一件對的事。

層次三：道德自律期，個體接受社會規則為大部分行為的準則，但個人也會

形成自己的道德原則。當社會規則與個人道德規則衝突時，個體會遵照自我

的道德原則。

1. 個體的思考與行為相互一致，會使人感到幸福；不一致時則使人感到緊張、煩躁或不舒服。

例：當努力工作而領到對等的薪水時，會使人感覺而高興。

1. 個體思考與行為之間的不愉快衝突。通常是由個體的行為與他的想法不一致而造成。

例：努力工作卻拿到很少的薪水，會讓人感到沮喪或憤怒，因此必須找到一個解釋以說服自己接受。

1. 個人歸因：認為某個行為的原因是由於此人內在的想法或特性所致。

情境歸因：認為某個行為的原因是由於此個體所處的外在環境所造成。

例：當一個人成為犯罪，可能是他本身心理的問題所導致，也可能是環境逼迫他成為罪犯。

1. 當人們試圖推論某人的性格時，會過度權重此人令人不悅的社會舉動。

例：當一個人有前科，便很容易使人認為他是壞人，而不去了解他的真實性格。

14. 將一個行為效果的普遍性歸因為情境因素，將不尋常的行為效果歸為個人因

素。

例：老師要求你寫作業是情境因素，父母要求你寫作業是個人因素。

1. 當歸因他人行為時，我們會傾向過份注重此人的內部因素與個人責任，而較

忽視外部因素與環境的影響。

例：認為某人會去捐款是因為此人的性格，而不是因為環境因素所致。

16. 會因他人的行為歸因於其穩定、內在的個人性格所致；將自己的行為歸因於

外在的環境因素

例：我打人是有理由，別人打人則是單純的惡行。

17. 在歸因自己行為時會格外寬厚，表現好時歸因於個人因素；表現差時歸因於

外在環境因素。

例：成績好是自己聰明，成績差是老師教的不好。

18. 暗中破壞自己的表現，以便失敗有藉口

例：不念書就去考試，並以此當藉口，掩飾自己的能力問題。

19. 是孩子用來組織世界的心靈架構。當孩子現有的思考方式與基模可以應付

環境時，便處於認知的平衡。

20. 遵從：個體塑造自己的行為以更符合群體的常模。

順從：個體服從某人，或某些人的要求。

服從：個體遵循某個實際存在或意識中的權威的要求。

21. 人們試圖管理和控制他人對自己所形成的印象的過程。通常人們以一種與當

前的社會情境或人際背景相吻合的形象來展示自己，以確保他人對自己做出

愉快的評價。

例：進入辦公室後就要穿著正式，才能給同事及上司好感。

22. 與他人分享自身內心中的感受與信息

例：與朋友互相討論心事。

23. 社會性懶散：當團體人數增加時，每一個團員反而會減少自己的努力。

旁觀者效應：當在場的旁觀人數越多時，每一旁觀者伸出援手的可能性反而

會越低。

責任分散：當在場的旁觀者人數越多時，反而導致暪一旁觀者降低對此事件

的個人責任感。

24. 愛情有三種基本元素：親密、熱情與承諾。我的愛情應該是屬於友伴之愛。

25. 本我：潛意識的、本能的、不理性的原始衝動。

自我：主要在意識中且可理性回應真實世界，試著滿足本我的衝動及超我的

規範。

超我：潛意識的，不理性，依據我們與父母的互動而內化的規範及限制。

26. 自我用來保護個體，以免被自己無法接受的想法及衝動所驚嚇或傷害的一種

保護方式。

例：小時候的不愉快記憶，會透過壓抑的方式封閉在潛意識中。

27. 內控：認為自己能控制大部分的行為及其結果。

外控：認為環境及外部因素大部分控制自己的行為與其結果。

28. 投射性人格測驗：試圖經由人們對測驗圖片的描述，了解人們潛意識及前意

識裡的性格特性及內心衝突。

客觀的人格測驗：已將大量的測試結果標準化並建立常模，使我們更容易與

他人對比而做出評分。

29. 我覺得老師上課的內容很棒，常常會舉出自己生活中的例子，讓人覺得很貼

近現實生活，只是教室的桌椅有點小，做起來會有一點不舒服，其他沒有什

麼問題。