

學習經驗量表

各位同學，大家好！

這是一項國科會委託的學術研究，主要目的是想要了解各位學業學習的情形。請以**心理學**為學習科目，依據您實際情形來作答。問卷的結果只做團體及學術分析，不會對外公開任何個人資料，請放心填答，謝謝您的幫忙！敬祝健康愉快！

玄奘人文社會學院成人及社區教育學系

劉佩雲 敬上

一、請讀完每題题目的敘述後，將題目後方最符合自己情形描述的選項圈起來。

如：我認為心理學是一門有趣的科目…………… 5 相當符合

1 2 3 4 5 6
非相有有相非
常當些些當常
不不不
符符符符符符
合合合合合合

1. 我學心理學的主要原因是我有興趣且樂在其中。……………1 2 3 4 5 6
2. 修完心理學這門課，我希望自己能獲得更廣博而深入的心理學知識。…1 2 3 4 5 6
3. 我希望能完全理解並精熟心理學所教的內容。……………1 2 3 4 5 6
4. 即使心理學的內容很困難，但我仍會激勵自己好奇而想去學的心。……1 2 3 4 5 6
5. 我比較喜歡心理學老師教一些具有挑戰性的課程和內容，這樣我才
能學到新的事物。……………1 2 3 4 5 6
6. 在心理學課中，我認為分數並不重要，有學到東西才是最重要的。……1 2 3 4 5 6
7. 我學習心理學的目的是為了要增進自己的心理學能力，而不是要
表現給別人看。……………1 2 3 4 5 6
8. 能全然理解心理學上課的內容，覺得自己有進步，對我是很重要的。…1 2 3 4 5 6
9. 當我的心理學獲得比別人高的分數時，我會覺得自己很成功。……………1 2 3 4 5 6
10. 當我在心理學的表現優於其他人時，我可以充分證實自己的能力。… 1 2 3 4 5 6
11. 在心理學課表現的比其他人好一點，對我來說是很重要的。…………… 1 2 3 4 5 6
12. 在心理學課獲得比大多數同學更好的成績是我重要的目標。…………… 1 2 3 4 5 6
13. 我努力地想要在班上展現自己的能力。…………… 1 2 3 4 5 6
14. 在心理學課上，想要贏過同學的想法常激勵我更用功。…………… 1 2 3 4 5 6
15. 不管有沒有學到東西，我認為心理學考高分才是最重要的。…………… 1 2 3 4 5 6

1 2 3 4 5 6
非相有有相非
常當些些當常
不不不
符符符符符符
合合合合合合

16. 我希望自己的心理學表現得很好，以便向父母、朋友、及同學展現自己的能力。…………… 1 2 3 4 5 6
17. 我害怕心理學能力退步，因此在學習心理學過程中，我會嚴格督促自己，不許自己犯任何錯誤。…………… 1 2 3 4 5 6
18. 我擔心心理學能力沒有進展，所以我會以嚴格的標準來督促自己，不允許漏失掉任何教材內容。…………… 1 2 3 4 5 6
19. 我擔心心理學能力衰退，所以我不允許自己在心理學上沒有全部精熟老師所教的內容。…………… 1 2 3 4 5 6
20. 唸心理學時，我會避免對老師所教的和教科書的內容有錯誤的理解。 1 2 3 4 5 6
21. 唸心理學時，我會擔心自己唸心理學的方法不對而影響學習的成效。 1 2 3 4 5 6
22. 上心理學時，如果沒有百分之百學會老師教的內容，我會擔心自己的心理學能力會停滯不前。…………… 1 2 3 4 5 6
23. 擔心自己在心理學課表現地不好的想法常常激勵我要更努力用功。… 1 2 3 4 5 6
24. 我常常擔心自己的心理學可能會考得很爛而得到不好的成績。…………… 1 2 3 4 5 6
25. 我很怕問心理學老師一些蠢問題，會讓老師或同學覺得我很笨。…………… 1 2 3 4 5 6
26. 上心理學課時，避免表現得很差是我主要的目標。…………… 1 2 3 4 5 6
27. 和上心理學課的同學相比，我只希望自己不要成為能力很差的人就好了。…………… 1 2 3 4 5 6
28. 對我而言，在心理學課上避免被視為愚笨是很重要的一件事。…………… 1 2 3 4 5 6
29. 我唸心理學的原因是希望自己不要成為班上成績最差的學生。…………… 1 2 3 4 5 6
30. 我準備心理學報告的主要原因是避免自己上台時出醜。…………… 1 2 3 4 5 6
31. 我確定能瞭解心理學這門課的內容。…………… 1 2 3 4 5 6
32. 我相信自己可以把心理學報告寫的很好。…………… 1 2 3 4 5 6
33. 我相信我可以理解心理學老師上課的內容。…………… 1 2 3 4 5 6
34. 我有把握能學會心理學這門課中最困難的部分。…………… 1 2 3 4 5 6
35. 我有信心在心理學這門課能表現得比其他同學好。…………… 1 2 3 4 5 6
36. 我覺得不論自己多努力，有些心理學的內容我始終搞不懂。…………… 1 2 3 4 5 6
37. 我覺得心理學這門課所教的知識內容是很有價值的。…………… 1 2 3 4 5 6
38. 學習心理學這門課能讓我獲得許多實用的知識。…………… 1 2 3 4 5 6
39. 我認為心理學這門課的內容對我未來的工作會很有幫助。…………… 1 2 3 4 5 6
40. 我認為心理學這門課是很重要的。…………… 1 2 3 4 5 6

～ 請翻頁繼續填答 ～

1 2 3 4 5 6
非相有有相非
常當些些當常
不不不
符符符符符符
合合合合合合

41. 我覺得心理學的內容很有趣。…………… 1 2 3 4 5 6
42. 我覺得讀心理學是很有意思的。…………… 1 2 3 4 5 6
43. 我很期望自己在心理學能有好的表現。…………… 1 2 3 4 5 6
44. 我希望能從心理學這門課多學到一些東西。…………… 1 2 3 4 5 6
45. 我希望自己能充分理解並精熟心理學的內容。…………… 1 2 3 4 5 6
46. 考慮自己的學習情形，我預期自己在心理學這門課可以表現得很好。 1 2 3 4 5 6
47. 我期望自己能從心理學這門課學習到新的知識。…………… 1 2 3 4 5 6
48. 我期望自己能做出優異的心理學報告。…………… 1 2 3 4 5 6
49. 唸心理學時，我會列出重點反覆背誦。…………… 1 2 3 4 5 6
50. 準備心理學考試時，我會自己將重點重新組織、整理成筆記或圖表
來幫助記憶。…………… 1 2 3 4 5 6
51. 上心理學課時，我會將老師上課的重點做成筆記，考前再看一遍。… 1 2 3 4 5 6
52. 我會將心理學的內容組織整理成大綱來幫助理解與吸收。…………… 1 2 3 4 5 6
53. 學習心理學時，我會把以前學過的和新學到的相關內容聯結起來，
並做比較。…………… 1 2 3 4 5 6
54. 準備撰寫心理學報告時，我會上網或查閱書籍以蒐集相關的資料。… 1 2 3 4 5 6
55. 準備心理學考試時，我會和同學討論或請教同學。…………… 1 2 3 4 5 6
56. 準備心理學考試前，我會先擬定時間表與讀書計劃，並按表執行。… 1 2 3 4 5 6
57. 準備心理學考試時，我會用好幾天的時間好分段閱讀。…………… 1 2 3 4 5 6
58. 讀心理學遇到不懂的地方，我會停下來，等想通了再繼續讀下去。… 1 2 3 4 5 6
59. 讀完一段心理學內容，我會自己問自己一些問題來測試理解的情形。 1 2 3 4 5 6
60. 我經常發現已經讀了心理學的內容，但仍不太清楚裡面在說些什麼。 1 2 3 4 5 6
61. 讀心理學遇到不懂的地方，我會放慢速度，回頭再讀，試著去了解。 1 2 3 4 5 6
62. 準備心理學考試時，如果內容難以瞭解，我會改變讀書的態度或方法 1 2 3 4 5 6
63. 記心理學課堂筆記時產生困惑，我確定會在事後將困惑處整理清楚。 1 2 3 4 5 6
64. 在心理學課表現不好時，我會警惕自己更加用功或給自己一些懲罰。 1 2 3 4 5 6
65. 我讀心理學、準備心理學考試主要是因為想得到高分。…………… 1 2 3 4 5 6
66. 我準備心理學考試或報告主要原因是怕表現差或想表現好的面子問題。 1 2 3 4 5 6
67. 我準備心理學考試或報告主要是因為表現好會讓自己有很大的成就感。 1 2 3 4 5 6
68. 我準備心理學考試或報告主要是因為結果要和別人作比較。…………… 1 2 3 4 5 6
69. 我準備心理學考試或報告主要原因是老師的要求與父母期望的壓力。 1 2 3 4 5 6
70. 我讀心理學主要是因為將來會有用處。…………… 1 2 3 4 5 6

1 2 3 4 5 6
 非相有有相非
 常當些些當常
 不不不
 符符符符符符
 合合合合合合

71. 我讀心理學主要是因為想要理解並精熟教材內容。…………… 1 2 3 4 5 6
72. 我準備心理學考試或報告主要是因為想要增強自己的實力。…………… 1 2 3 4 5 6
73. 我覺得心理學課程可以應用到日常生活。…………… 1 2 3 4 5 6
74. 只要是讀心理學課程的內容，我都覺得很有興趣。…………… 1 2 3 4 5 6
75. 我覺得心理學課程是很重要而有價值的。…………… 1 2 3 4 5 6
76. 當我讀心理學不專心時，我會想辦法讓自己集中注意力，不被其他
 事物干擾。…………… 1 2 3 4 5 6
77. 當我讀心理學卻一直無法記住重要概念時，我會休息一下再繼續唸。 1 2 3 4 5 6
78. 當我準備心理學考試或報告過程中想要放棄時，我會要求自己一定
 要堅持下去。…………… 1 2 3 4 5 6
79. 當我一直寫不出心理學報告時，我會暫緩之後再試試看。…………… 1 2 3 4 5 6
80. 當我準備心理學考試或報告時，我會要求自己努力再努力。…………… 1 2 3 4 5 6
81. 當我準備心理學考試或報告過程中，覺得心浮氣躁時，我會用深呼吸
 或會告訴自己不要生氣、不要煩等方法維持心情平靜。…………… 1 2 3 4 5 6
82. 當我準備心理學考試或報告但感到厭煩時，我會聽音樂或用其他方法
 營造好心情。…………… 1 2 3 4 5 6
83. 當我讀心理學或準備心理學考試時，會告訴自己：「要用功再用功」。 1 2 3 4 5 6
84. 當我讀心理學或準備心理學考試時，我會找安靜的地方或佈置能讓我
 靜下心的環境讀書。…………… 1 2 3 4 5 6
85. 我不會因為讀不懂心理學的內容，就放棄心理學。…………… 1 2 3 4 5 6
86. 即使聽不太懂老師上課的內容，我仍然會堅持用心聽，以設法瞭解。 1 2 3 4 5 6
87. 遇到很難的心理學內容，我仍然會堅持下去不放棄。…………… 1 2 3 4 5 6
88. 讀心理學時碰到自己想不通的問題時，我會想辦法一定要把它弄懂。 1 2 3 4 5 6
89. 有些同學平時不願全心投入時間與努力，等要交心理學報告了，隨隨
 便便寫一寫就交，當報告分數很低時，他就說因為自己沒有盡全力，
 所以分數低。這種情形與你相符嗎？…………… 1 2 3 4 5 6
90. 有許多同學上心理學課時常翹課，考試前臨時抱佛腳，考糟了，就說
 因為準備不夠充分，所以才考低分。這種情形與你相符嗎？…………… 1 2 3 4 5 6
91. 有些同學在心理學分組報告時都不蒐集資料，也不參加討論，到報告時
 表現不好而被老師批評，就說自己沒時間準備。這種情形與你相符嗎？ 1 2 3 4 5 6

1 2 3 4 5 6
 非相有有相非
 常當些些當常
 不不不
 符符符符符符
 合合合合合合

92. 有些同學會找許多沒空唸心理學的理由（如忙打工、忙社團、身體不舒服
 …等），當心理學成績表現不好時，就說因為自己其他的事太忙了，
 沒時間唸書，所以影響成績。這種情形與你相符嗎？……………1 2 3 4 5 6
93. 有些同學不肯早點開始準備心理學報告或考試，總是拖延到最後一秒鐘
 才動手，當成績不好時，他就說因為太晚開始而時間不夠，才會表現
 不好的。這種情形與你相符嗎？…………… 1 2 3 4 5 6
94. 有些同學上心理學課時不專心聽講，打瞌睡、和同學說話、又不做筆記，
 當心理學成績不好時，就說自己沒有好好上課，所以成績不好。這種情形
 與你相符嗎？…………… 1 2 3 4 5 6
95. 唸心理學時，即使想不通，我會用猜的而不是去問別人。…………… 1 2 3 4 5 6
96. 準備心理學考試時，即使有不懂的地方，我常把疑問擱著而不是去
 請教別人。……………1 2 3 4 5 6
97. 上心理學時，即使有聽不懂的地方，我也不想舉手發問或私下請教
 老師或同學。……………1 2 3 4 5 6
98. 準備心理學報告時遇到困難，我會跳過去而不想去請別人幫忙。…… 1 2 3 4 5 6
99. 儘管花很多時間仍掌握不好心理學考試的重點，我也不想請教別人。 1 2 3 4 5 6
100. 儘管準備心理學報告時有疑惑，我也不願去找別人幫忙。…………… 1 2 3 4 5 6

二、以下題目，請直接將你的答案寫在 _____ 中，或在符合自己描述的 中
 打 。

1. 如果全班心理學的學期總平均分數是 80 分，你希望自己在這門課的學期成績會得幾
 分？

答：_____分

2. 除上課外，平均起來你每週花在心理學這門課的時間大約是多少小時：

- (1) 不到 0.5 小時
- (2) 超過 0.5 小時，但少於 1 小時
- (3) 超過 1 小時，但少於 2 小時
- (4) 超過 2 小時，但少於 3 小時
- (5) 超過 3 小時，但少於 4 小時
- (6) 超過 5 小時以上

3. 和其他科目相比，你覺得自己在心理學這門課的用功程度是：

- (1) 非常用功
- (2) 很用功
- (3) 有一點用功
- (4) 不太用功
- (5) 很不用功
- (6) 非常不用功

4. 和其他科目相比，你覺得自己在心理學這門課的努力程度是：

- (1) 非常努力
- (2) 很努力
- (3) 有一點努力
- (4) 不太努力
- (5) 很不努力
- (6) 非常不努力

5. 和其他科目相比，你投入心理學這門課的時間是：

- (1) 非常多
- (2) 很多
- (3) 有一點多
- (4) 不太多
- (5) 很少
- (6) 非常少

～ 本問卷到此結束，請再檢查一次，確保沒有遺漏任何一題。

非常謝謝您的協助！ ～

基於研究需要比對個人資料，所以請務必寫下您的學號：_____。

放心！研究結果的個人資料不會外流！

本研究會將個人結果提供給您。