

# 榮譽第一

※請務必期限內完成並繳交

## 國立空中大學 111 學年度暑期期末報告題目

科目：成人自主學習

面授老師：陳佳萍老師

繳交期限：111 年 9 月 9 日(星期五)

繳交方式：p580220@gmail.com

(請說明題型及配分)

一、選擇題：每題 3 分，共 10 題

- ( ) 1. 接收到訊息之後，我能夠產生計畫監控與調整，這就是哪一種記憶類型？  
a. 短期記憶 b. 長期記憶 c. 感官記憶
- ( ) 2. 進行思考時，我喜歡用科學的方法來解決問題，這是哪一種思考風格？  
a. 實用論 b. 理想論 c. 分析論
- ( ) 3. 我們已經是成人，最需要的閱讀方法是下列哪一種？  
a. 已知的閱讀(Alpha 波) b. 未知的閱讀(Beta 波)  
c. 無意識閱讀(Delta 波)
- ( ) 4. 我想知道這本書的重點、作者如何說服讀者，這是屬於哪一種閱讀？  
a. 主題閱讀 b. 分析閱讀 c. 檢視閱讀
- ( ) 5. 我們常說「習慣成自然」，這是屬於哪一種訊息傳達與接收？  
a. 認知系統 b. 感覺系統 c. 行為系統
- ( ) 6. 在時間管理中，我很擅長聆聽別人的想法，也會配合團隊，這屬於哪一種類型？  
a. 協調型 b. 活力型 c. 理智型
- ( ) 7. 「小美說的話讓我很不舒服，我猜她這幾天可能心情很不好。」以上這一段話，屬於情緒反應的哪一個層面。  
a. 心理反應。 b. 認知反應。 c. 行為反應。

( )8. 我喜歡在安靜的地方讀書，這屬於哪一種學習策略？

a. 監控策略 b. 情意策略 c. 練習策略

( )9. 我能夠了解自己的情緒，並且妥善表現情緒。這屬於哪一種智慧？

a. 情商 b. 智商 c. 逆商

( )10. 我喜歡用圖表或圖像來進行學習，這屬於哪一種學習型態？

a. 聽覺型 b. 動覺型 c. 視覺型

二、簡答題：每題 10 分，共 7 題。

1. 請寫出三種主要的記憶類型。

答：

2. 有哪些方法可以強化記憶，請寫出三種方法。

答：

3. 思考有哪些價值？請寫出兩種價值。

答：

4. 閱讀的步調有哪些類型？請寫出兩種閱讀步調。

答：

5. 有哪些正向的情緒？請寫出五種正向情緒。

答：

6. 如何建立自信心？請寫出三種方法。

答：

7. 如何維持高度專注力？請寫出兩種方法。

答：