

113年第二次專門職業及技術人員高等考試營養師、護理師、社會工作師考試、  
113年專門職業及技術人員高等考試心理師、法醫師、語言治療師、  
聽力師、牙體技術師、公共衛生師考試、高等暨普通考試驗光人員考試試題

等 別：高等考試  
類 科：公共衛生師  
科 目：健康社會行為學  
考試時間：2 小時

座號：\_\_\_\_\_

※注意：禁止使用電子計算器。

甲、申論題部分：(50分)

- (一)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在申論試卷上，於本試題上作答者，不予計分。
- (二)請以藍、黑色鋼筆或原子筆在申論試卷上作答。
- (三)本科目除專門名詞或數理公式外，應使用本國文字作答。

一、健康識能是健康不可或缺的決定性因素。在資訊爆炸時代，如何獲取所需資訊、理解資訊意義、評判資訊品質與可信度，並善用資訊，是在資訊社會中增進健康必備的重要技能。世界衛生組織採用健康促進取向觀點，將健康識能 (health literacy) 定義為「認知與社會的技能，決定個人獲得、瞭解及運用訊息的動機與能力，藉此促進及維持良好健康」。請說明健康識能的概念結構三層級的內涵？並說明健康識能的前置因素二層級及其內涵為何？另請說明健康識能的影響結果，個人層面涵蓋四面向及其內涵為何？(25 分)

二、1986 年世界衛生組織 (WHO) 發表著名的渥太華憲章，可說是新公共衛生運動的開始，也是公共衛生的第二次革命。該次會議聲明健康促進的重要性，闡明健康照護只是創造健康的小部分。請試述渥太華憲章之五大行動綱領為何？並請以社區青少年健康為例，詳述說明並舉例，如何運用行動綱領內涵，促進青少年實行健康生活、減少含糖飲料的攝取？(25 分)

乙、測驗題部分：(50分)

代號：6108

- (一)本試題為單一選擇題，請選出一個正確或最適當答案。
- (二)共40題，每題1.25分，須用2B鉛筆在試卡上依題號清楚劃記，於本試題或申論試卷上作答者，不予計分。

- 1 能力－機會－動機行為模型 (COM-B model of behavior) 為用來瞭解健康行為決定因素的一個理論架構，下列有關該模型的敘述何者錯誤？
  - (A)「能力」要素包含身體能力 (physical capability) 與心理能力 (psychological capability)
  - (B)「能力」與「機會」可以直接影響行為的發生
  - (C)行為本身可能回饋影響「能力」、「動機」與「機會」
  - (D)當能力越高或環境越有利的情況下，可能會有更高的動機來產生行為
- 2 與疾病有關的危險因子分為三大類－行為、代謝和環境，下列何者不是行為因素？
  - (A)高鈉飲食
  - (B)不規則用藥
  - (C)身體活動不足
  - (D)先天性乳糖不耐症

- 3 下列有關身體調適負荷（allostatic load）的敘述，何者錯誤？
- (A) 早期生活事件（early life events）並不會對後來的身體調適負荷造成影響
  - (B) 可透過生物標記（biological markers）來測量身體調適負荷的程度
  - (C) 當環境挑戰超過個人負荷時，就可能發生身體調適超載（allostatic overload）的情況
  - (D) 個體的身體調適負荷程度與其生理健康及心理健康皆有所關聯
- 4 Ryff（1989）將正向心理學觀點整合到心理幸福感（psychological well-being）的六大構面中，下列針對各構面的敘述，何者正確？
- ① 自我接納：能抵擋社會壓力去獨立思考與行動，且能根據內部標準與價值觀引導及評估行為的能力
  - ② 環境掌控：能管理日常事務、掌控複雜的外在活動，以及選擇或創造適合個人需求情境的能力
  - ③ 個人成長：對抱持才能、潛力與機會的不斷追求，以實現個人發展和發揮潛能的能力
  - ④ 與他人的正向關係：對個人與社會及社區關係品質的評價，即個人覺得自身歸屬所屬社會的程度
  - ⑤ 生活目標：擁有生活目標與願景，涵蓋人生目標的存在感和方向感
  - ⑥ 自主性：為了感受美好的自己而必須做的努力，其特點在於對自我的積極正向態度
- (A) ①③④                      (B) ②③⑤                      (C) ②③⑥                      (D) ④⑤⑥
- 5 壓力的定義有刺激取向、反應取向和歷程取向，下列何者不屬於刺激取向的壓力定義？
- (A) 重大生活事件              (B) 心跳過快              (C) 環境污染              (D) 天災
- 6 壓力因應的功能可分為「情緒焦點因應（emotion focused coping）」與「問題焦點因應（problem focused coping）」兩種，下列何者非屬情緒焦點因應策略？
- (A) 透過運動或聽音樂改變不愉快的感受
  - (B) 以不同觀點或想法重新詮釋所經歷到的壓力情境
  - (C) 尋求社會支持來降低因壓力所引起的焦慮或憂鬱
  - (D) 面對職場挫折時，重新規劃不同的生涯安排
- 7 正向心理強調的幸福（well-being）是一個複雜的概念，下列針對幸福的敘述何者錯誤？
- (A) 幸福的發展有兩條重要的主軸，即「享樂（hedonia）」與「幸福（eudaimonia）」
  - (B) 幸福的測量通常包括情感性、評價性與意義性等三大構面
  - (C) 所謂的「主觀幸福（subjective well-being）」是以本身角度對自己生活品質的整體評估
  - (D) 「深沉滿足幸福（eudaimonia happiness）」取向涵蓋情緒幸福感、心理幸福感與社會幸福感
- 8 下列有關健康識能（health literacy）的測量，何者正確？
- (A) 客觀評量的問卷量表大多不會有正確答案
  - (B) 主觀評量的問卷量表大多會有標準答案
  - (C) 客觀評量的問卷主要是在測量目標技能
  - (D) 在填寫主觀評量的問卷時，填寫者容易被引出羞恥感
- 9 依從性（adherence）指的是病人能照著醫事人員的治療規劃去行動，下列敘述何者正確？
- (A) 現在我們強調依從性，因為這個詞有共享決策的意涵
  - (B) 病人的不依從性，都是有意為之的
  - (C) 學者 DiMatteo 指出，依從性受到資訊、動機和意圖的影響
  - (D) 影響少數族群依從性的因素跟非少數族群是差不多的

- 10 醫病共享決策 (shared decision making) 的進行包括三個階段，在其第三階段「決定會談 (decision talk)」中，步驟的先後順序為何？①誘導出病人的考量 ②幫助病人回顧下臨床決策的過程 ③聚焦在病人的考量 ④促使病人將自己的考量列為下臨床決策的一部分  
(A)③①④② (B)④①③② (C)①③②④ (D)②③①④
- 11 下列有關以資產為基礎的社區發展模式 (Asset-Based Community Development, 簡稱 ABCD 模式) 的敘述，何者錯誤？  
(A) ABCD 模式強調評估社區的資產而非其需求，並意識到社區本身具有改革的能力  
(B)在 ABCD 模式中，社區工作者為主要的行動者，針對社區問題進行解決  
(C) ABCD 模式的重要理念之一為推動社區賦能，以解決社區問題  
(D) ABCD 模式強調社區中的每個人均有其才能，並認為社會關係是社區的核心基礎
- 12 集體效能 (collective efficacy) 指的是社區居民願意且相信其可以透過分工協調來進行合作，以達成提升社區追求幸福的目標。下列何面向無法用來評估社區的集體效能？  
(A)社區的居民是否有相同的態度 (B)社區的居民是否彼此緊密團結  
(C)社區的居民是否會互相往來 (D)社區的居民是否願意彼此幫忙
- 13 下列有關社會支持 (social support) 的敘述何者正確？  
(A)情感性支持 (emotional support) 指的是有助於個人提高自我評價的訊息  
(B)「直接效果假說」指的是社會支持透過保護的作用，使得個人免於壓力情境的影響  
(C)社會支持又可分為主觀支持 (subjective support) 及客觀支持 (objective support)  
(D)社會支持對健康的效果會因個人背景因素及關係品質的好壞而有所改變
- 14 下列那一個社會網絡指標可用來表示行為者被其他成員接納或肯定的程度？  
(A)向內連結核心性 (in-degree centrality) (B)向外連結核心性 (out-degree centrality)  
(C)居間核心性 (between-ness centrality) (D)鄰近核心性 (closeness centrality)
- 15 有關健康不平等的常見名詞包括：落差 (disparity)、差異 (difference)、不公平 (inequity) 及不平等 (inequality)，若將前述四個名詞放在價值判斷的光譜上，何者最不具價值判斷？  
(A)落差 (B)差異 (C)不公平 (D)不平等
- 16 Whitehead (1990) 曾將造成健康差距的原因分為七種，以判斷是否為健康的不公平。其中那些原因所造成不同社會群體間的健康差距，比較不會被認為是健康不公平？  
①健康原因導致在社會生存競爭中失敗  
②自我危害健康行為的自我選擇  
③健康危害環境的暴露  
④生物因素  
⑤基本公共資源不足  
⑥由於時間落差所造成  
(A)②④⑤ (B)①②③ (C)②④⑥ (D)②③⑤

- 17 健康傳播理論可大致分成微觀和巨觀，下列何者是巨觀的理論敘述？
- (A)藉由知名人士發言以鼓勵民眾仿效某一健康行為
  - (B)藉由多元媒體告訴民眾某一健康行為的好處
  - (C)藉由恐懼訴求，讓民眾害怕使用某一物質
  - (D)任何創新會不會被接受，取決於目標群眾是否具備某些特質
- 18 一般而言，說服溝通的訊息設計可以有不同的作法來達到個人信念、態度及行為的改變，「藉媒體傳播菸害訊息給小學生時，同時提供正反兩面的相關資訊」，是屬於下列何種方式？
- (A)情感利益訴求 (emotional benefit appeal)
  - (B)啟發式的訴求 (heuristic appeal)
  - (C)行為預防注射 (behavioral inoculation)
  - (D)正向情感訴求 (positive emotional appeal)
- 19 在進行風險溝通 (risk communication) 時，要注意事項不包括下列何者？
- (A)風險知覺
  - (B)媒體特性
  - (C)信任程度
  - (D)樂觀偏誤
- 20 下列有關「涵化理論 (cultivation theory)」的內涵何者錯誤？
- (A)大量重複的媒體內容會正常化媒體所傳遞的訊息，讓閱聽人認為媒體中的內容都是合理的
  - (B)媒體對閱聽人影響的一階效果 (first-order effect) 指的是，長期媒體暴露對個人態度、信念及行為的影響
  - (C)觀看電視時間越長的人，其對真實世界的看法會越接近節目中所呈現出來的樣貌
  - (D)是由「社會認知理論 (social cognitive theory)」為基礎，所發展出來的傳播理論
- 21 下列有關壓力的定義與基本概念之敘述，何者正確？
- (A)若以反應取向來定義壓力，壓力是一種刺激，係指會造成身體或心理負面反應的環境或事件
  - (B)刺激取向的壓力是指外界刺激與個體反應的過程，強調個體與環境之間的關係
  - (C)外在事件或環境是否對個體造成壓力，端視個體對環境刺激的認知評估
  - (D)初級評估係指個體所具備的資源及因應傷害、威脅或挑戰的能力
- 22 下列有關「根源預防 (primordial prevention)」之說明，何者正確？
- (A)根源預防即是傳統公共衛生三段五級預防策略的初段預防
  - (B)根源預防一詞起源於流行病學，目標在改變社會決定因子
  - (C)根源預防的目標族群為面臨風險及患有疾病的群體
  - (D)根源預防強調改變致病的暴露因子，以預防疾病產生
- 23 「我家族裡有好幾個人都得到胃癌，我也可能會得胃癌」這個陳述對應的是健康信念模式 (health belief model) 中的那一個構面？
- (A)自覺罹患性 (perceived susceptibility)
  - (B)自覺嚴重性 (perceived severity)
  - (C)自覺行動利益 (perceived benefits)
  - (D)自覺行動障礙 (perceived barriers)

- 24 下列何者是健康信念模式 (health belief model) 中的行動線索 (cues to action) ?
- (A) 去打疫苗所花費的時間  
(B) 衛生所寄來的打疫苗通知單  
(C) 打疫苗的副作用，例如疼痛  
(D) 打疫苗的效果，例如預防重症
- 25 計畫行為理論 (theory of planned behavior) 中那一個構面跟自我效能 (self-efficacy) 的概念最接近？
- (A) 行為意圖 (B) 主觀規範 (C) 自覺行為控制 (D) 行為態度
- 26 當一個人在權衡執行某一行為的好處和壞處時，他處在跨理論模式 (transtheoretical model) 的那一個階段？
- (A) 前意圖期 (B) 意圖期 (C) 準備期 (D) 行動期
- 27 有關「在家裡長期被父母忽視的兒童，在學校裡較難與同儕建立正向關係」的這項敘述，可以用 Bronfenbrenner 提出的生態模式中的那一個系統的影響來進行說明？
- (A) 微系統 (microsystem) (B) 中系統 (mesosystem)  
(C) 外系統 (exosystem) (D) 巨系統 (macrosystem)
- 28 下列有關「巧推 (nudge)」理論的敘述何者正確？
- (A) 巧推理論的理念也被稱做是「自由家長制 (libertarian paternalism)」  
(B) 其內涵在限制個體的選擇或顯著改變經濟誘因的情況下，來影響人們的行為  
(C) 在不同的族群或場域下，運用相同的巧推策略皆可以帶來類似的效果  
(D) 巧推理論的重點在讓個人保有自由選擇的權利，因此其策略不涉及「提醒」
- 29 Brownson 等學者 (2009) 歸納出影響公共衛生以實證為基礎之決策的相關面向，不包括下列何者？
- (A) 可獲得的最佳證據 (B) 人口特徵、需求、價值觀和偏好  
(C) 社區民眾的行動參與及政策倡議 (D) 推動公共衛生服務或計畫所需要的資源
- 30 PRECEDE-PROCEED 模式中，了解一個社區的失業率，是在進行何種評估？
- (A) 社會評估 (B) 流行病學評估 (C) 行為評估 (D) 政策評估
- 31 在 PROCEED 的階段，學者 Green 和 Kreutery 建議我們對要執行的方案或計畫進行的評估不包括下列何者？
- (A) Availability (B) Accessibility (C) Accountability (D) Accreditation
- 32 在 PROCEED 的階段，了解某一方案該執行的健康教育場次辦了幾場，是在進行何種評價 (evaluation) ？
- (A) 過程評價 (process evaluation) (B) 衝擊評價 (impact evaluation)  
(C) 結果評價 (outcome evaluation) (D) 願景評價 (vision evaluation)
- 33 PRECEDE-PROCEED 模式的第三階段「教育評估與生態評估 (educational and ecological assessment)」主要是在確認影響目標群體健康行為的因素。「社區有充足的健康飲食商店與正確食物熱量標示」對於欲減重的病患而言，屬於下列何種因素？
- (A) 前傾因素 (predisposing factor) (B) 使能因素 (enabling factor)  
(C) 增強因素 (reinforcing factor) (D) 生態因素 (ecological factor)

- 34 有關健康促進計畫目標 (objectives) 的擬定，下列敘述何者錯誤？
- (A) 衝擊目標 (impact objectives) 包含學習目標、行為目標與環境目標
  - (B) 過程目標 (process objectives) 是針對介入計畫過程的陳述，包含計畫執行中所使用的各種策略
  - (C) 目標的設定不需要考慮時間的限制，但必須要清晰明確、特定、可測量且切實可行
  - (D) 目標的設定除了需清晰明確外，還需要讓各層級針對計畫進行溝通，以利後續的推行
- 35 下列有關正向情緒 (positive emotion) 的測量，何者正確？
- (A) 測量的方法只能用自陳式量表
  - (B) 生理測量不會受到情境的影響
  - (C) 生理測量的進行是相對方便的
  - (D) 自陳式的測量會受到社會期許的影響
- 36 在評價一個健康促進方案或計畫時，調查目標對象的滿意度是在進行什麼評價？
- (A) 總結性評價 (summative evaluation)
  - (B) 形成性評價 (formative evaluation)
  - (C) 衝擊評價 (impact evaluation)
  - (D) 結果評價 (outcome evaluation)
- 37 下列有關於「健康倡議 (health advocacy)」的敘述何者錯誤？
- (A) 相較於社會行銷著重在政策或制度的改變，健康倡議著重在個人行動上的改變
  - (B) 健康倡議主要聚焦在影響健康的社會決定因子，以及社會上的健康不平等現象
  - (C) 進行健康倡議時，必須要有完整的策略，來改變影響健康的政策及社會環境
  - (D) 健康倡議的行動是多元的，包括：投書、擔任政策制訂的諮詢、參與社會運動等
- 38 健康倡議需要媒體的倡議來支持。下列有關媒體倡議 (media advocacy) 的敘述何者錯誤？
- (A) 有別於傳統健康傳播利用媒體來改變行為，媒體倡議希望改變的是社會層次的相關政策
  - (B) 進行媒體倡議的第一步是針對訊息進行設計，藉此告訴閱聽人什麼是重要的及如何解讀
  - (C) 媒體倡議的最後一步是規劃媒體近用 (media access) 策略，以讓倡議的訊息被媒體採用
  - (D) 傳統健康傳播強調縮短知識或態度的差距，而媒體倡議強調縮短權力的差距 (power gap)
- 39 下列對健康倡議的敘述何者正確？
- (A) 政策倡議時應先確認跟那些人結盟
  - (B) 政策倡議時一定要跟媒體合作
  - (C) 政策倡議時應對立法機關做到賦權 (empowerment)
  - (D) 政策倡議時應先確認要達到的環境改變是什麼
- 40 下列有關社會行銷 (social marketing) 的敘述何者正確？
- (A) 社會行銷所面對的競爭者，指的是其他提供類似健康服務的組織或機構
  - (B) 4P 行銷組合策略中的「通路」，指的是各種說服及溝通策略
  - (C) 6P 行銷組合是在既有的 4P 行銷組合中，加入「公共關係」與「政策」
  - (D) 社會行銷不需要考慮目標對象的特性及需求，即可設計相關行銷策略