

一、單選題：

- () 1. 在青少年階段來說，何種避孕方法最合適？ (A) 完全不發生性行為 (B) 進行結紮手術 (C) 服用事後避孕藥 (D) 安裝子宮內避孕器
- () 2. 我們可以怎麼做，避免自己成為性騷擾的加害者？ (A) 偶爾跟同學講個黃色笑話促進人際關係 (B) 只跟同性別的友人互動交談 (C) 對方沒有拒絕，就代表他是同意的 (D) 當對方表示出拒絕時，立刻停止現在的動作或玩笑
- () 3. 樂沛接受尤金的邀請週末一同出遊，請問樂沛要注意哪些事情確保自己的安全？ (A) 尤金是自己熟識的對象，不用擔心對方會有踰矩的行為 (B) 為了保護自己的隱私，要選擇比較隱密的私人包廂 (C) 當尤金請喝飲料時一定要一飲而盡，以免讓對方沒面子 (D) 如果對方有任何讓自己不舒服的舉動，要立刻果斷拒絕
- () 4. 小齊幫助市場迷路的小孩找到了爸媽，發現自己因此感到有成就感以及心情愉悅。能了解事件中自己的感受，這是屬於情緒智商中的何種能力？ (A) 情緒覺察能力 (B) 情緒表達能力 (C) 情緒管理能力 (D) 情緒失控能力
- () 5. 無法控制自己不安的情緒，時時都在擔心，甚至會引發失眠或生理不適等症狀，我們稱之為何種疾病？ (A) 焦慮症 (B) 憂鬱症 (C) 攻擊行為 (D) 懼高症
- () 6. 有關壓力與表現的敘述，何者正確？ (A) 完全沒有壓力能激發表現 (B) 壓力太大可能造成表現失常 (C) 壓力無止盡的增加，會讓我們因愉快而有最佳表現 (D) 壓力跟表現毫無關係
- () 7. 小穎身為芷恩的朋友，對於她要表白的行為給予哪些建議較合適？ (A) 喜歡就要把握機會，不要想太多 (B) 如果不好意思用說的，可以請別人代為轉達 (C) 不管用何種方式，都要做好被拒絕的心理準備 (D) 在網路社團匿名告白，測試對方的反應
- () 8. 「青少年懷孕被視為高危險妊娠，容易有誘發性高血壓、子宮功能不全、流產等情況，而其產下之新生兒，則易併發早產、體重不足、胎兒子宮內生長遲滯及胎死腹中等情況……」以上這段文字說明未成年性行為容易影響的層面為何？ (A) 情感層面 (B) 心理層面 (C) 社會層面 (D) 生理層面
- () 9. 在擁擠的人潮中，感覺到有人故意貼在你的身後，哪些方法可以幫助自己脫困？ (A) 轉頭看清楚身後的情況，並制止對方 (B) 如果制止無效，應盡快離開現場 (C) 適時的向他人求助，表達自己遇到麻煩 (D) 以上皆可
- () 10. 關於對抗壓力方法的描述，下列何者有誤？ (A) 有好的體力與精神，是對抗壓力的基本資本 (B) 抗壓的成功經驗是下次面對壓力的助力 (C) 轉換想法能幫助對抗壓力 (D) 對抗壓力是自己的事，跟人際網絡沒有關係
- () 11. 據新聞報導，一男子趁人不備，躲入健身房男性更衣間偷看其他人更衣，此一舉動因為沒有肢體接觸，並不構成性騷擾。請問以上觀點正確嗎？ (A) 正確，性騷擾只會發生在有肢體接觸的情況下 (B) 正確，同性別之間不會有性騷擾的情況 (C) 錯誤，令人不舒服的眼神窺視，也算是性騷擾的一種 (D) 錯誤，此舉可以依刑法處 2 年以下有期徒刑
- () 12. 芷恩決定趁阿壹生日時，寫卡片表達自己的情感，以下何者用語較適合？ (A) 我愛你，直到海枯石爛天荒地老 (B) 你是我生命中最重要的人，沒有

- 你我活不下去 (C) 少了你的愛，我活著也沒什麼意義 (D) 我很欣賞你的大方，希望能夠有機會更進一步認識你
- () 13. 找到屬於自己的紓壓方式是促進心理健康重要的一步。關於紓壓應注意的原則，下列哪些項目正確？ (甲) 不違法 (乙) 有益健康 (丙) 不需考慮是否影響他人 (丁) 符合自身能力 (A) 甲乙丙 (B) 乙丙丁 (C) 甲乙丁 (D) 甲丙丁
- () 14. 以下何種行為即使雙方非常熟識仍可能會構成「騷擾」？ (A) 芷恩拍拍小穎的肩膀安慰她 (B) 曉瑜趁芷恩不注意時扯下她的褲子 (C) 韋恩握著阿壹的手一起為隊友加油 (D) 醫生體檢時觸摸阿翰的生殖器
- () 15. 同學趁你不注意的時候，摸了一下你的屁股，你覺得有點不高興。下列哪一種回應方式比較適當？ (A) 嚴肅表達自己的感受 (B) 當作沒這件事情 (C) 摸回去作為報復 (D) 朝對方大吼大叫
- () 16. 凱凱轉學到新學校後，要重新認識新班級與新同學，令他感到壓力大。請問下列何者不是壓力過大可能造成的心理層面影響？ (A) 焦慮不安 (B) 容易生氣 (C) 緊張擔心 (D) 情緒穩定
- () 17. 透過腹式呼吸能有助於身心放鬆。以下關於腹式呼吸的步驟，何者正確？ (A) 閉上眼睛後將雙手放於胸口 (B) 採鼻吸嘴吐方式 (C) 吸氣時腹部要凹下 (D) 吐氣時腹部要鼓起
- () 18. 就讀國二，年滿 14 歲的貝貝和英宏是情侶，一次獨處時發生了性行為，兩人所要承擔的法律責任為何？ (A) 因為兩人是情侶，只要你情我願就不算犯法 (B) 因為兩人都未滿 16 歲，就算你情我願也算是性侵害 (C) 依照性別會有不同的懲處，通常法律責任在於男生 (D) 發生性行為是青少年表達情感的一種方法，因此都不會有法律責任
- () 19. 以下何者是批判性思考的正確步驟？ (A) 質疑、解放、反思、重建 (B) 質疑、反思、解放、重建 (C) 反思、質疑、重建、解放 (D) 反思、重建、質疑、解放
- () 20. 關於自律神經失調的敘述，何者正確？ (A) 壓力過大可能導致自律神經失調 (B) 會讓心跳規律平穩 (C) 會使身體循環順暢 (D) 自律神經就是交感神經
- () 21. 身為生命守門人，在察覺有異常警訊後，若想進一步關心他人，下列何種態度或方法不妥當？ (A) 保持關係但不批判 (B) 專心聆聽不急著評斷 (C) 提供正面想法 (D) 不管對方意願，將事情告訴周遭所有人
- () 22. 為了呼籲各國重視自殺問題與珍愛生命，國際自殺防治協會與世界衛生組織訂定的「世界自殺防治日」為何日？ (A) 1 月 1 日 (B) 10 月 9 日 (C) 9 月 10 日 (D) 9 月 21 日
- () 23. 曾有新聞受訪者在颱風天提到「颱風天就是要泛舟呀！」這樣錯誤的觀念不僅會造成自己健康及安全上的危機，也可能在意外事故發生後浪費我們的社會資源。請問這位受訪者違反了哪一項休閒原則？ (A) 合乎安全性與法規 (B) 有益健康、不沉迷 (C) 符合自己的經濟狀況 (D) 符合自己能力
- () 24. 若發現自己長期身陷某種情緒，造成負面想法籠罩生活，我們可以怎麼做來幫助自己？ (A) 尋求學校或社會心理健康資源協助 (B) 把自己關在家中

- 不要跟外界接觸 (C)不斷思考自己錯在哪裡以督促自己 (D)自己無法幫助自己
- ()25. 阿壹只顧和社團新來的女生聊天，不幫忙收拾球具，導致芷恩氣憤不已。請問遇到衝突時應該有怎樣的因應態度，才能有效處理並維持兩個人的關係？ (A)坦誠相對，釐清楚兩個人的想法以及誤會之處 (B)冷漠以對，覺得對方只是鬧脾氣，不予回應 (C)勃然大怒，先把自己的怒氣發洩完再說 (D)裝作沒事，繼續維持跟日常一樣的互動
- ()26. 小芳在心情不好或壓力大時，喜歡看科幻小說，讓自己轉移注意力同時放鬆心情。但常常一看就是一整夜，隔天的體力、精神都受到影響，甚至因此耽擱學習，導致壓力更大。請問小芳忽略了休閒活動的哪一項原則，造成無法達到休閒活動的意義？ (A)符合自己經濟狀況 (B)合乎安全性與法規 (C)有益健康、不沉迷 (D)事前做好準備或計畫
- ()27. 請排列出生命守門人的三步驟？
(甲)主動關懷與傾聽
(乙)資源轉介與持續關懷
(丙)適當回應與支持陪伴 (A)甲乙丙 (B)乙丙甲 (C)丙乙甲 (D)甲丙乙
- ()28. 以下關於調適失戀心情的原則，何者不正確？ (A)要立即另結新歡 (B)要接受已經分手的事實 (C)要保持冷靜的態度 (D)要抒解負面的情緒
- ()29. 下列有關青少年的交往敘述，何者錯誤？ (A)對家庭及學校造成很大的困擾 (B)交往應自然且公開 (C)可先從團體約會開始，慢慢進階到單獨約會 (D)應由淺而深的方式慢慢認識彼此
- ()30. 「耐受性」是長期使用毒品的生理危害之一，下列關於耐受性的描述何者正確？ (A)需逐漸增劑量才能使身體亢奮 (B)為了得到藥品的渴望感 (C)服用藥物後情緒起伏的變化 (D)一次施打藥物的最低劑量
- ()31. 「戒斷症狀」對於想要戒癮者而言是難以克服的症狀，究竟戒斷症狀是什麼呢？ (A)成癮者對於毒品的理智程度 (B)不再使用毒品時而產生的身心不適 (C)成功戒癮所需的時間 (D)毒品對於身體器官的破壞程度
- ()32. 目前社會大眾仍對毒品存有許多迷思，下列描述何者為正確看法？ (A)吸食毒品可以解決煩惱 (B)毒品的劑型、包裝皆有其固定的樣態，所以只要熟知毒品的種類與外觀，要分辨毒品是一件容易的事情 (C)幫忙運送吸食毒品的器具不犯法 (D)吸食過量毒品會有致命危機
- ()33. 下列關於毒品與其分類，何者正確？ (A)搖頭丸——中樞神經抑制劑 (B)海洛因——中樞神經抑制劑 (C)安非他命——中樞神經迷幻劑 (D)大麻——新興影響精神物質
- ()34. 下列四位同學對於「成癮」的看法，誰的觀念比較正確？ (A)大雄：偶一為之吸毒有可能就會使人成癮 (B)小丸子：成癮才能獲得真正的舒壓 (C)魯夫：藥物成癮才能當上海賊王 (D)蛋黃哥：成癮後會有抗藥性的產生，變得懶懶的
- ()35. 如果懷疑自己遭人下藥誤食毒品，請問該怎麼做？ (A)趁還清醒時跑去警局求救 (B)把此食物拿給朋友試吃 (C)躺下休息不動 (D)聽從此刻靠近你的人的指令
- ()36. 藥物濫用對於身體的傷害是全身性的，請問以下的傷害配對何者錯誤？ (A)肝臟——容易感染病毒性肝炎 (B)皮膚——老化、皺紋及疤痕明顯 (C)骨頭——影響造血功能 (D)膀胱——膀胱壁變薄，儲尿量增加
- ()37. 小藍染上藥癮後，常活在恐懼之中，終於下定決心要戒除，下列何種方式不適當？ (A)自動向醫療機構請求戒治 (B)撥打 0800-770-885 免費戒毒成功專線 (C)改吸食對身體危害較小的第三級毒品 (D)到戒治中心利用替代療法戒毒
- ()38. 古人云：「勤有益，嬉無功」，以現代人的生活而言，你認為這種說法是對的嗎？ (A)對的，因為遊玩會浪費時間 (B)對的，因為成功靠一分天才再加上九十九分的努力 (C)不對的，工作固然重要，生活更需要以休閒來釋放壓力 (D)不對的，生活裡休閒是主要的，工作才是次要
- ()39. 生活中的壓力或情緒都有可能讓人產生負面想法，你認為以下這些不同際遇的人，何者沒有自殺的可能？ (A)人生勝利組 (B)長期受疾病困擾者 (C)人際情感受挫者 (D)以上皆有可能
- ()40. (甲)性格改變；(乙)喜愛甜食；(丙)轉送重要物品；(丁)無法與人相處；(戊)透露出自傷的訊息；(己)突然對於以往喜歡的嗜好失去興趣；(庚)時常健身。以上哪些屬於自殺的警訊？ (A)甲乙丙丁戊 (B)甲丙丁戊庚 (C)甲丙丁戊己 (D)乙丙丁戊己
- ()41. 九年級的學生小元，不久即將參加會考，加上最近模擬考成績不理想，最近她經常覺得不快樂、全身無力、沒有胃口、失眠、上課也無法集中注意力、成績退步，甚至有時不想上學，這樣的狀況已經持續了一個月。請根據小元出現的症狀，他可能罹患了什麼疾病？ (A)強迫症 (B)憂鬱症 (C)厭食症 (D)恐慌症
- ()42. 性傳染病對健康的威脅不只在生殖器官而已，有時還會對新生兒的健康造成傷害，以下敘述何者正確？ (A)孕婦感染非淋菌性尿道炎，可能導致胎兒眼角膜受損 (B)梅毒透過母子垂直傳染，將使胎兒罹患先天性梅毒 (C)孕婦若感染生殖器疹，胎兒通過產道時會感染新生兒結膜炎 (D)愛滋病會透過血液感染胎兒，無法預防
- ()43. 梅毒發病的症狀可分為初期、中期以及後期。請針對以下不同時期的症狀，依初期、中期、後期順序做出正確的排列。
(甲)梅毒病原體侵犯全身，導致失明、精神疾病甚至癱瘓
(乙)生殖器官附近出現硬性下疳，一段時間後消失
(丙)出現紅色皮膚疹，並不會感到痛癢，伴隨淋巴腺腫脹 (A)甲乙丙 (B)丙乙甲 (C)乙甲丙 (D)乙丙甲
- ()44. 以下有關性傳染病的病原體配對，何者有誤？ (A)淋病——淋病雙球菌 (B)尖形濕疣——人類乳突病毒 (C)梅毒——梅毒螺旋病毒 (D)愛滋病——人類免疫缺乏病毒
- ()45. 性病的全稱是「性傳染病」，以下敘述有幾項正確？
①只會透過性行為傳染給他人，大部分的病徵在生殖器官。
②也可能影響到其他身體部位。
③初期症狀明顯，可以立刻辨識並就醫。
④如果感染性傳染病，建議性伴侶要一同接受治療，才能避免「乒乓式感染」。 (A)1項 (B)2項 (C)3項 (D)4項
- ()46. 「一名患者在生殖器官周圍出現疣狀顆粒物，並且伴隨著尿道出血的情形。檢查後亦發現其子宮頸中

有細胞變化的狀況，疑似為子宮頸癌的徵兆。」根據以上描述，該名病患可能罹患何種性傳染病？

(A)愛滋病 (B)淋病 (C)生殖器疹 (D)尖形濕疣

- ()47. 何種情況出現時，才會被確診為愛滋病的「發病期」？ (A)感染 HIV 病毒卻不具傳染能力 (B)感染 HIV 病毒同時血液中出现病毒抗體 (C)HIV 病毒使免疫細胞減少到喪失免疫功能 (D)使用雞尾酒療法治療的患者
- ()48. 下列哪一項行為有機會成為性傳染病的傳染途徑？ (A)蚊蟲叮咬 (B)同桌吃飯 (C)一起上課 (D)共用針具
- ()49. 女生過早發生性行為，可會產生的生理危害，下列何者為非？ (A)提高子宮頸癌機率 (B)感染性病 (C)未婚生子 (D)被同儕忌妒
- ()50. 小南在 FB 上看到一篇關於性傳染病的文章「……目前性病的感染途徑只有經由性行為……我們無法從外貌去判斷一個人是否有感染性傳染病。感染性病後就醫治療就能痊癒……針對同一種性病，治癒後就不會再感染……」上述文章共有幾個錯誤？ (A)1 個 (B)2 個 (C)3 個 (D)4 個