

把知識變成判斷

學習與運用 02 | 從記住做法，走向有根據的選擇

熟悉答案，仍可能看錯問題

同一套方法，放在不同條件下未必適用。考題換個問法、工作情境多一項限制，就可能需要重新判斷。這份指南練習把知識接到線索、條件與查證行動上。

你不必每次都立即回答。能說出目前知道什麼、還缺什麼，以及缺的資訊會改變哪個選擇，也是一種可靠表現。

今天找兩個看起來相似、處理方式卻不同的例子，指出造成差異的關鍵條件。

本冊的四個練習

拆解案例、比較差異、解釋理由、改變條件。先用低風險練習材料試做，再逐步加入更接近真實任務的限制。

一次判斷，留下四項內容

項目	我要說清楚
目標	現在要回答什麼問題？
依據	哪些已知資訊支持我的選擇？
邊界	什麼條件下不能這樣做？
查證	還缺哪個會改變決定的資訊？

為不確定保留位置

練習案例可以簡化；正式工作常有規範、權限與他人的安全需求。請把「需要查文件或請人複核」當成判斷的一部分，並依所在領域要求執行。

本冊不是特定執業領域的決策指引。情境、四項框架與紀錄表為原創教學設計；研究來源見第 6 頁。

先拆出這個問題的骨架

01 案例拆解 | 把看得到的資訊與自己的假設分開

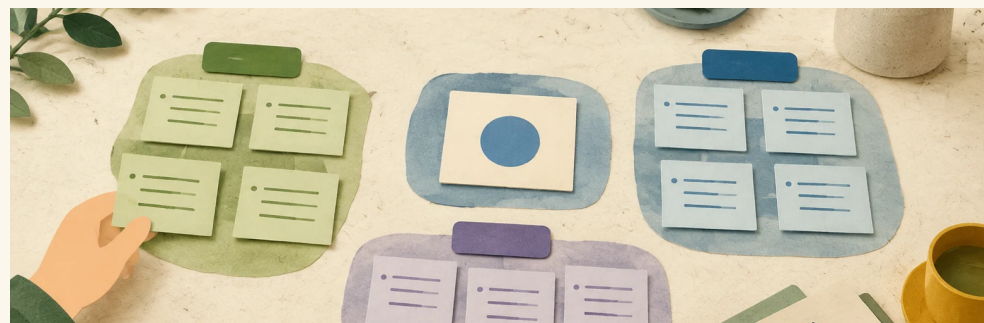
先說要解決什麼

收到一大段資訊時，先用一句話寫出目標。例如「比較兩個方案在目前預算下是否可行」。如果連目標都不一致，討論方法常會越走越遠。

1. 列出已明確提供的條件，不把自己的推測混進去。
2. 另寫尚未確認的假設，以及必須補問的資訊。
3. 指出哪一條資訊最可能改變你目前的選擇。
4. 再提出暫時結論，並說明它依賴哪些條件。

考生的用法

解題前分開寫「已知」「所求」「限制」。若需要額外假設才能解出，先確認題目是否真的允許，不要為了套進熟悉公式而自行補條件。



先拆清楚資訊，再形成暫時結論。

專業情境：比較兩個方案

方案甲成本較低，方案乙交付較快。先確認截止時間、可接受的品質與預算上限。若必要交付日尚未確定，暫時不能只憑價格做最後選擇。

我目前傾向____，因為____；若____不同，就需要重新判斷。

本頁框架幫助整理理由；資料是否可靠、條件是否充分，仍須在實際任務中查證。

把相似案例並排看

02 比較差異 | 找出真正改變選擇的條件

比較結構，不只比較外觀

兩個題目可能換了人物、數字與故事，底層關係仍相同；也可能文字幾乎一樣，卻因一個限制而必須改用方法。練習時同時找「相同」與「不同」。

1. 選兩個有可靠說明的案例，先各自完成判斷。
2. 並排寫出目標、條件、方法與結果。
3. 圈出足以改變方法的差異；其他表面差異先放旁邊。
4. 試著改掉這一條條件，觀察原結論是否還成立。

如果看不出差別

回到範例的解釋，逐句追問為何能做這一步。也可以請老師提供一個反例；辨別能力需要材料與回饋，不必靠猜。



相似的外表下，找出影響做法的條件。

練習：哪項改變真的重要？

比較兩個行程方案時，景點名稱換了，未必影響可行性；集合時間提前一小時，卻可能改變交通選擇。先抓住限制，再處理喜好。

對考題也一樣：先比較量之間的關係與適用條件，再看題目故事是否熟悉。

對照表是本冊的教學工具。它幫助外顯判斷過程，不表示所有知識都能歸入固定欄位。

把「所以」說完整

03 自我解釋 | 每一步都連回理由

不只是把解答念一次

看到一個步驟時，試著說明它為什麼可以做、用了什麼已知條件，以及如何接到下一步。說不出理由的地方，就是可以回頭查證的位置。

1. 挑一個已有可靠解答的短例子。
2. 遮住下一步，先預測接下來會做什麼。
3. 揭開後比較自己的理由與解答，補上遺漏條件。
4. 用自己的話重述，再指出一個不能照用的情況。

一句可用的說法

因為題目符合____，所以可以____；如果缺少____，這一步就需要重新檢查。

講得流暢不一定講得正確。用來源、反例或他人的回饋核對，避免把猜測練得更熟。



看見解答的動作，也說出它成立的原因。

從範例到自己的說明

考生：解一題後，說明為何選這個公式，以及哪個條件不成立時要換方法。

專業工作者：說明採用某流程的依據，並指出哪種例外需要查文件、升級處理或請人複核。

Chi 等人的範例學習研究分析了學生的自我解釋與學習表現。這支持關注理解過程，但不能保證「多說」就必然學會。[1]

換一個條件，再試一次

04 遷移練習 | 讓知識接受新情境的檢查

每次先改一個地方

如果一次換掉所有情境，很難知道自己卡在哪裡。先保留主要結構，只改一個條件；確認能處理之後，再增加陌生元素或減少提示。

1. 從已能獨立完成的案例出發。
2. 改變一個條件，例如限制、所求或資訊是否完整。
3. 重新判斷哪些步驟可保留，哪些必須更改。
4. 比對可靠解答或請人檢視理由；記下尚未能處理的變化。

沒有把握時，安排查證

先問「哪個未知會真正改變選擇？」把查證集中在那裡。若仍缺關鍵資訊，可以暫緩結論並說明原因，而不是用自信填補空白。



保留結構，改變條件，重新確認方法。

把練習難度往前推一點

變化	觀察重點
換敘述、保留結構	能否辨認同一原理？
改一條適用條件	是否知道要換方法？
少給一項關鍵資訊	能否提出必要問題？

Butler 的實驗發現，重複測驗的益處可延伸到部分新的推論問題。這不代表熟悉題庫就能自動處理所有真實情境。 [2]

我的判斷練習單

帶走一張紀錄 | 讓理由、限制與查證都留得下來

找一個近期要處理的案例

我要回答的問題／完成的任務：

已知事實與尚未確認的假設：

我選擇的做法，以及支持它的條件：

哪一個變化會讓這個做法不再適用？

我還需要查證什麼？向誰或哪份文件確認？

填不完整的欄位，可以直接成為下一次提問。

把知識變成判斷

可靠判斷需要持續校正

能解釋理由、知道限制、願意在關鍵處查證，都是可練習的動作。請用多個案例觀察表現，避免把一次順利或一次失誤當成能力定論。

研究與延伸閱讀

1. Chi 等 (1989)
[Self-Explanations: How Students Study and Use Examples in Learning to Solve Problems](#)
2. Butler (2010)
[Repeated testing produces superior transfer of learning relative to repeated studying](#)
3. Bjork、Dunlosky 與 Kornell (2013)
[Self-regulated learning: Beliefs, techniques, and illusions](#)

[1] 範例學習與自我解釋。[2] 提取練習與部分遷移任務。[3] 學習判斷與熟悉感的限制。框架與案例為原創設計。查閱日期：2026-09-04。