

# 107 年特種考試地方政府公務人員考試試題

等別：三等考試

類科：人事行政

科目：心理學(包括諮商與輔導)

甲、申論題部分：

- 一、有關青少年的認同與歸屬感的發展，心理學家經常發現個人在青少年階段會比較「情緒化」，也比較容易有「叛逆行為」，請說明理由。這些情況與成功或失敗的「自我認同」(self-identity)發展有關，請說明成功的或失敗的自我認同情況各自如何。(25分)

## 【解題關鍵】

1. 首先，自我認同的意涵。

2. 其次，利用 Erikson、Marcia 理論解釋青少年自我認同成功或失敗的情況。

## 【擬答】

(一)自我認同的意義：「認同形成」是青少年階段中最重要的發展任務，且是持續終生的發展過程。當前有關「自我認同 (self-identity)」此一概念的界定，多採用 Erikson 的論述，即「個體在各階段是藉由實地的探索及實驗，認清自己在各種社會脈絡中的特定角色，知道自已的需要、愛惡與動機，根據對自己的瞭解建立生活的理想與目標，以及在自己理想的引道下追尋既定的目標」。

(二)青少年期是個體自我統合的關鍵階段，Erikson 進一步說明青少年統合危機包含七個層面：1. 時間透視 vs. 時間混淆；2. 自我確定 vs. 自我意識；3. 角色試驗 vs. 角色固著；4. 職業意願 vs. 工作無力；5. 性別分化 vs. 性別混淆；6. 主從分際 vs. 權威混淆；7. 價值的委身 vs. 價值的混淆。統合發展是否順利與個體所處環境、他人對待方式有著密切的關係，若能提供個體探索經驗，給予適時、適切的引導，將能協助個體統整過去經驗，形成新的自我，順利化解危機，成功過渡到下一個發展階段。爾後，馬西亞(J.Marcia)研究青少年自我認同，將青少年進行分類：

### 1. 認同成功者 (identity achiever)

這種青少年經歷了危機，做成了一種職業或意識信念上的選擇，而後投入。在面臨抉擇時他很認真地考慮由各方面來的意見，包括父母或其他成人的意見。最後他所做的決定，可能與父母的意見相合或相背，但都是經過他自己考慮而決定的。至於宗教和政治理念的選擇上，認同成功者重估他過去所接受的與目前所面對的，統整出一個他行為的依據。這種人面對新環境和面臨落到身上的責任時，他不會顯得驚慌失措，因為他已經有了自己的方向。

### 2. 尚在尋求者 (moratorium) (延宕型)

這種青少年這在危機中但尚未投入，因為他還在抉擇的過程中，希望能在父母的期許、社會的要求、個人的能力中找出一個方向來。他有時顯得徬徨，因為對他來說有吸引力的職業或是意識信念，要如何與父母、社會及個人之間取得平衡，他無法決定。

### 3. 提早成熟者 (foreclosure) (喪失型)

這種青少年沒有經歷危機但有投入。他以別人對他的期望，作為他投入的方向。例如：父母安排他接管家裡的事業，他就接手，未曾考慮是否合乎他的能力，是否配合社會的需求。在宗教和政治信念上，他也接受父母親的信仰與政治偏好。這種人，在性格上較嚴謹。因為他接受權威也依賴權威，對於權威，他不敢置疑。因此他雖投入，一旦碰到與他父母信念不同的情境時，他會覺得備受威脅。不知如何去面對。因為他從來沒有面對抉擇思考過。他接受別人幫他安排好的抉擇。

### 4. 認同失敗者 (identity diffusion) (混淆型)

這種青少年可能經歷了危機也可能沒有，但無論如何他都沒有投入。與尚在尋求者不一樣的地方是，他對抉擇沒有興趣，他似乎對職業選擇漠不關心，對價值信念形成更是不在乎，即使面對危機，他可能會放棄抉擇的機會或是選擇目前對他來說有利的，但他不會為所做的選擇投入。一旦有另一件事情吸引他，如：多一天的休假福利，他就換工作。這種青少年似乎常常在嘗試新東西，因他受不了每天固定或重複的工作。

二、何謂古典制約學習、操作制約學習？他們各自的代表人物為誰？請說明他們所進行的實驗研究，並舉實例說明這兩種學習概念。(25分)

**【解題關鍵】**

1. 首先，分別說明古典制約學習、操作制約學習的意涵。
2. 其次，分別說明代表人物及其實驗設計。
3. 第三，各舉一例說明之。

**【擬答】**

(一)古典制約學習、操作制約學習的意涵

1. 古典制約學習：將原本不具意義的中性刺激與有意義的反應產生連結，導致中性刺激變成有意義的刺激，因此在接受到刺激後產生有意義的反應，稱為古典制約。
2. 操作制約學習：操作制約學習和古典制約學習的最大不同之處，就在於他的行為是由主體「主動」作出決定的結果，而不是一種不能控制的行為。操作制約學習的關鍵，在於它是由一個「行為」所相對應產生的「結果」。要有什麼樣的行動，全憑個人心意決定，而不是一種自發反應。因為操作制約學習所得到的結果會強化刺激和行為之間的連結，所以也常被稱為「刺激反應心理學」(Stimulus-Response Psychology)。

(二)實驗設計及其重要意涵

1. 古典制約學習：

(1) 古典制約中最經典的例子，是俄羅斯科學家 Pavlov 做的「狗的唾液制約反射實驗」。

(2) 實驗設計：

Pavlov 為了研究消化主題，研究唾液在各種情況下的分泌狀況，他對一隻狗做外科手術，使唾液能夠流至狗的體外，測得其分泌量。當助手將食物放在狗面前時，狗無法控制而自然而然地分泌唾液，這是天生的反射機制，但進行多次反覆的實驗後，Pavlov 觀察到預期外的現象：在食物還沒放在狗面前時，居然也會大量分泌唾液，而進一步分析後發現：只要狗注意到助手，就會分泌唾液，甚至僅聽到助手的腳步聲，也能引起分泌唾液的反應！

事實上，任何規律地出現在食物之前的刺激，都能引起狗的唾液分泌，從單純生理學的觀點來看，這些觀察的結果並不合理。因此，Pavlov 相信有其他原理的運作，才能引起這般前後一貫的現象。

為了確定觀察到的現象並非偶然，Pavlov 做了以下實驗：餵食前，都先發出鈴聲。實驗開始前，鈴聲只會使狗會搖起耳朵、轉向搜尋鈴聲的所在處(朝向反應)，重點是：鈴聲與分泌唾液與否並沒有關係。在多次的鈴聲與食物伴隨出現實驗後，當鈴聲響起時，朝向反應消失了，取而代之的是分泌唾液。此實驗證明當初 Pavlov 的發現並不是偶然，且在特定的狀況下是可以再現(replicate)的。Pavlov 也發現鈴聲可以用光、節拍器等中性刺激來替代。

(3) 具體例子

聽見「給愛麗絲」的音樂，就想到「要倒垃圾」，這是標準的古典制約學習的例子。

2. 操作制約學習

(1) 代表人物：史金納(B. F. Skinner)

(2) 實驗設計：史金納箱的大白鼠壓桿實驗：將老鼠關進箱內，箱內設置一個桿子，老鼠肚子餓時在裡面探索掙扎，誤觸桿子讓食物掉出來，老鼠即有食物可吃；之後只要老鼠肚子餓就會四處探索，期間又誤觸了桿子，得到食物。經過多次的探尋，老鼠漸漸知道當觸碰到桿子時，就會有食物掉落，於是只要牠肚子餓就會去壓桿子，換言之，老鼠因為食物的增強，知道去壓桿子取得食物，而不需要到處探索。由於老鼠按壓桿子變成了取得食物的手段或工具，故稱之為工具制約。

(3) 具體例子

考試表現良好，獲得獎賞，提供了下次繼續表現的動力。

三、「認知治療」的代表人物 Beck 認為情緒困擾的人經常出現推理上的邏輯錯誤，以致於引發錯誤的假設及觀念，影響情緒，這種情形稱之為認知謬誤。請舉例說明三種認知謬誤。(25

分)

**【解題關鍵】**

1. 首先，說明 Beck 認知治療的意涵。
2. 其次，分別舉例說明三種認知謬誤。

**【擬答】**

(一) Beck 認知治療的重要意涵

認知治療強調案主信念系統和思考，對行為和情感決定的重要性，其治療重點在理解扭曲信念，改變適應不良思考，亦結合情感與行為的方法。治療過程中，會注意案主無法察覺的思考及重要信念系統。

(二) 認知治療法之重要概念

1. 自動化思考：自動化思考是指自動反射性的內在對話，即某刺激會自動引發個人獨特的想法，並影響情緒反應，此思考無好壞之分。若此思考會造成不適應的情緒和行為，即為不良適應信念，會導致憂鬱，並形成認知扭曲。對個案造成困擾。
2. 認知扭曲：認知扭曲指個體會以自我抗拒、自我貶低的方式來駁斥客觀事實，產生錯誤的邏輯，對外在刺激加以推論時，會產生系統性的錯誤和不正確結論。具有很多形式，包含隨意推論、過度概括化、擴大或貶低等。在諮商歷程中，個案需學習辨識出扭曲的認知，並自我監控。

(三) 舉例說明三種認知謬誤

負向認知三角是 Beck 提出的認知三元組，可表示憂鬱症的三種認知型態。Beck 認為這三種負向的認知組合會造成不良適應信念，會導致憂鬱，讓個案感到困擾。三種認知謬誤各為：

1. 個人：對自己的負面想法。如覺得自己沒有價值。
2. 經驗：以負面方式來解釋自己的經驗。如世界上的人都看不起我。
3. 未來：對未來抱持憂鬱、悲觀的想法。如我未來一定沒有工作。

四、請試述下列心理學者提出的重要專有名詞之意涵：(每小題 5 分，共 25 分)

- (一) 佛洛伊德的潛意識(Freud：Unconsciousness)
- (二) 阿德勒的家庭星座(Adler：Family Constellation)
- (三) 波爾斯的未竟事物(Perls：Unfinished Business)
- (四) 班度拉的自我效能(Bandura：Self-Efficacy)
- (五) 羅吉斯的同理心(Rogers：Empathy)

**【擬答】**

- (一) 潛意識：是指人類心理活動中，不能認知或沒有認知到的部分，是人們“已經發生但並未達到意識狀態的心理活動過程”。
- (二) 家庭星座：家族（庭）星座是阿德勒(Alfred Adler)所提出的概念，描述家庭團體中的社會心理層面的結構形式，也表達出每一名家人之間的相對的心理位置。舉凡家庭成員的年齡差距、性別、情緒上的距離、個性、出生序、權威的掌握與依順等等，均為家庭星座的因子，都對家人的人格發展有所影響。
- (三) 未竟事務：完形治療法（Gestalt approach）以存在主義與現象學為基礎，滿足需求是個體的本能，但經歷滿足的過程中若發生干擾，就會產生未竟事務。
- (四) 自我效能：自我效能（self-efficacy）指個人對自己具有充分能力可以完成某事的信念。自我效能與個人擁有的技能無關，而與所擁有的能力程度的自我判斷有關。作為一種對自己所擁有能力的信念，自我效能決定個人在特定情境中的行為、思維方式、以及情緒反應。
- (五) 同理心：Rogers 將同理心定義為：正確同理性地瞭解當事人其內在經驗的覺察，感受到他的內在世界，彷彿（as if）是自己的經驗，但沒有失去彷彿。Rogers 年進一步提到，同理心是諮商師具敏感能力且有意願地從當事人的角度去瞭解其想法、感覺與困境，從當事人的內在參考架構進入其私人知覺世界，時時刻刻保持敏感，真誠地覺察到感受的意義，小心地隨其移動，不做評斷地暫時活在此人的生命裡；諮商師能身同此心、心同此理地瞭解當事人的內在參考架構，並將所理解到的感受傳達給他，此時治療才展開。