

106 年公務人員特種考試司法人員考試試題

考試別：司法人員
等 別：三等考試
類科組：家事調查官
科 目：心理學

一、有人可以減肥成功、但有人卻失敗，若根據 Bandura 的觀點，這常常是因為他們的效能預期 (efficacy expectation) 所致。請闡述效能預期，並說明個人效能預期的來源為何？若要改變減肥者的自我效能 (self-efficacy)，可以如何進行？(25 分)

【擬答】

(一)效能預期 (efficacy expectation) 以及其來源：

1. 效能預期之意涵：

「效能預期」即「自我效能」之預期，與「自我效能」有相似之意。自我效能 (self-efficacy) 指個體對自己在特定情境中是否能夠勝任所抱持的態度或信念，自我效能高表示個體對自己能夠完成某項任務或達到一定成就有足夠的信心水準。因此，「效能預期」即是指個體對自己能夠完成某項任務或達到一成就的預期為何。一般而言，效能預期高者，亦較能夠勝任、完成任務或達到一定的成就。

之所以稱為「效能預期」，目的在於與「結果預期」(outcome expectation) 做區別，結果預期意指個體對於自己是否能夠完成某項任務或達到一定成就其成敗結果的預期，而「效能預期」則是指自己對於勝任這項任務挑戰的信心評估。舉例而言，經歷一場考試，對於自己勝任此考試的信心評估為「效能預期」而對於自己考試的成績評估則為「結果預期」。

2. 效能預期之來源：

承上述 1.，「效能預期」的來源即為「自我效能」的來源，主要有以下四項：

- (1)過去相關實際成就：指個體曾經經驗過相關的工作任務之表現結果，若過去表現優良，則個體對於此次任務效能預期則較高。
- (2)替代經驗：即對他人相關實際行為表現的觀察，特別是對於和自己能力或狀態狀況相近的他人表現，若相似之他人能夠勝任，則個體評估自己的效能預期則較高。
- (3)說服：指他人對自我的意見說服或來自於自己對自己的說服，舉例而言，若他人強烈認為自己可以勝任，則個體評估自己的效能預期則較高。
- (4)著手進行過程對於自我情緒或目前表現的觀察：指在任務進行之中，個體對自己表現的觀察，若自己可以保持情緒平穩或是有良好的進度，則個體評估自己的效能預期則較高。

(二)改變減肥者之自我效能的方法：

承上(一)要改變(即提高)減肥者之自我效能，進而增進減肥的成效，亦需從上述四個來源著手，分述如下：

1. 提示過去相關實際成就：

了解減肥者過去曾經做過的相關努力，提示其成功或有成果的部分，例如：曾經有規律的進行運動一段時間，因此再次進行規律的運動是可以做到的。

2. 說明其他成功的案例：指出其他與此減肥者相似的個案，像是找出其他同性別且有相近的年齡與體形體重的個案，並說明此位個案的方法，以及用了多長的時間而達到目標，以此提高此減肥者之信心。

3. 進行說服：說服減肥者他可以做的到，例如：以上述的個案詳述其減重的過程，設立短、中及長程目標，讓減肥者能夠相信自己也可以做的到。

4. 觀察自我情緒及目前表現：教導減肥者記錄並監控自己的減肥過程，著手開始減肥若進行之初能依照定訂的目標進行，亦容易保持良好的情緒，而此種身心狀態則能夠提高減肥者的效能預期。

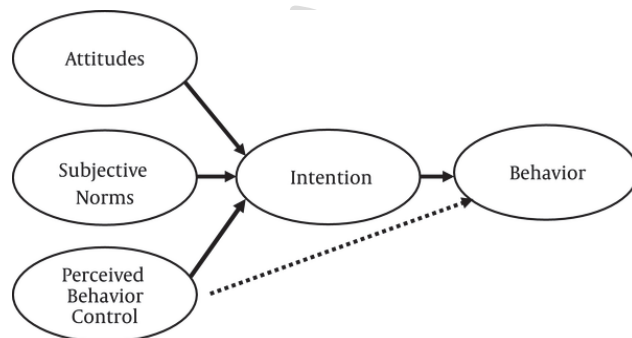
二、請說明何謂計畫行為理論 (theory of planned behavior)，並以此理論闡述為何某人可能具有環保的態度但並未節約用電。若我們想改變此人不節約用電的行為，根據此理論該如何進行？(25 分)

【擬答】

(一)計畫行為理論之意涵及說明某人具有環保的態度卻未節約用電：

1. 計畫行為理論 (theory of planned behavior) 之意涵：

Ajzen 於 1985 年提出計畫行為理論 (Theory of Planned Behavior, TPB)，用以解釋或是預測人類之意圖行為。「計畫行為理論」的應用範圍很廣，在消費行為、科技資訊、醫療健康、知識管理、職業選擇…等，都有相關的研究。其理論模式如下圖所示，並簡介說明於其后。



由上圖可知，「計畫行為理論」認為人類的行為表現受其「內在意圖」影響，而「內在意圖」又是為「態度」、「主觀規範」及「行為控制知覺」三個因素所決定。然而，最後的行為表現，又同時會受到「行為控制知覺」此一因素的調節，亦即，只有高的「內在意圖」是不完全足夠的，只有當「行為控制知覺」亦高時，才有高的行為發生率。以下分別簡述此模式中的四個影響行為因素：

- (1)態度 (attitudes)：指個人對特定事物所反應出之持續性評估，藉由態度的表現可預測其行為傾向，若個體對某事物抱持的正向評價其行為意圖亦將愈高。
- (2)主觀規範 (subjective norms)：指個體知覺到的重要他人或團體 (如父母、配偶、朋友、同事等) 對其行為之意見傾向。當正向主觀規範的傾向愈強烈，愈容易促使其產生從事該行為的行為意圖。
- (3)行為控制知覺 (perceived behavioral control)：指個體在從事某特定行為時，知覺到自己從事此行為之難易度，或是自己是否能控制此行為發生的知覺。行為控制知覺與「自我效能」有關 (自我認知是否能勝任的信心水準)，以及諸如時間、金錢、工作、能力、各種資源…等非個體本身之因素亦會與個人知覺其行為控制有關 (可利用之資源之易獲取程度)，此二者皆會影響個人表現行為之意圖，以及最後行為是否實際發生。
- (4)行為意圖 (intention)：指個人想從事某特定行為之行動傾向與程度，受前三者之影響。可解釋及預測個人之實際行為表現。

2. 解釋為何某人具有環保的態度卻未節約用電：

由上述 1. 計畫行為理論內容可知，要實出現節約用電的行為，只有環保的態度並不足夠，還需要同時考量身邊他人的「主觀規範」與個體自己的「行為控制知覺」兩大重要因素。因此，當一個人具有環保的態度，但卻未有實際節約用電的行為可能原因如下：

- (1)「主觀規範」不傾向節約用電：例如，家人並不支持或配合節約用電，像是怕熱而不願意減少開冷氣。
- (2)個體的「行為控制知覺」偏低：例如，雖知環保的重要，卻懶得隨手關電源。或個人因其工作需要，而必須要一整天都開著電腦。

(二)依理應促進節約用電的行為的方法：

依據上述(一)的理論內容與舉例，可以有以下相應的方法：

1. 在個人方面：

提高個體的「行為控制知覺」，可能有以下方法：

公職王歷屆試題 (106 司法特考)

- (1)降低節約用電的困難度：例如，對抗懶得隨手關電源的習慣，可以使用省電的裝置，或是使用控制電源的智慧系統，用手機 APP 即可操控電源開閉等。
- (2)降低非個人因素的阻礙：例如，不得不開著的電腦，則將電腦設成省電模式，關閉螢幕。

2. 在重要他人之方面

改變「主觀規範」的意見傾向，可能有以下的方法：

- (1)改變重要他人之態度：例如，與家人溝通環保的觀念。
- (2)降低重要他人因素的阻礙：例如，需要開冷氣，則換裝節能之冷氣，並維持室溫 26 度…等。

三、請說明 Kohlberg 的道德發展理論中的各個階段，並嘗試以個人在「該不該偷藥去救生重病的太太」之道德兩難困境中所可能出現的道德理解及想法，來呼應上述各個階段的特色。

(25 分)

【擬答】

Kohlberg 以道德兩難的故事，研究道德的發展。Kohlberg 以動機型態來建立階段，將道德發展分為三期共六個階段，每一個個體在每個時期只會位於個階段，階段具有發展的順序性，並認為每個階段皆比先前階段更為複雜，需更具包容力及理解力。以下以「該不該偷藥去救生重病的太太」故事舉例，分述如下：

(一)前成規期：(preconventional morality)：

1. 階段一：

(1)內容：避免痛苦/服從取向 (punishment-and-obedience orientation)。意指個體的道德判斷原則是基於自身的快樂安穩，不受痛苦。

(2)舉例：不可以去偷藥，會被抓去關。

2. 階段二：

(1)內容：利益享樂取向 (self-interest orientation)。意指個體的道德判斷原則是基於獲取個人利益，以牙還牙，以眼還眼。

(2)舉例：要以去偷藥，太太死了，我的生活會很困苦。

(二)成規期 (conventional morality)：(2)

1. 階段三：

(1)內容：好兒童取向 (goodboy or goodgirl orientation)。意指個體的道德判斷原則是依賴於得到他人的認同。

(2)舉例：不可以偷藥，我做了小偷，大家會討厭我。

2. 階段四：

(1)內容：維持社會秩序取向 (social-order-maintaining orientation)。意指個體的道德判斷原則是尊從法律行事。

(2)舉例：不可以偷藥，這是犯法的事。

(三)後成規期 (postconventional morality)：

1. 階段五：

(1)內容：社會契約取向 (social contract orientation)。意指個體的道德判斷原則是根據社會契約的原則，注重人與人之間的平等性與互惠性。因此，當法律符合此種原則即遵循法律，但當法律危及人們權利或尊嚴時，則反對法律。

(2)舉例：要去偷藥，因為法律保障的是惡人權利，不需要遵守。

2. 階段六：

(1)內容：個人良知原則的道德 (morality of individual principles of conscience)。意指個體的道德判斷原則是根據個人的良知所自選或自訂的規則，超越於任何法律或社會契約。

(2)舉例：人命有最高的價值，不應該為了守法而犧牲。

公職王歷屆試題 (106 司法特考)

四、心理學對於人類行為動機如何產生，有著不同的理論解釋。請提出三個動機理論來闡述動機產生的原因，並舉例說明之。(25 分)

【擬答】

(一)驅力論 (drives theory)：

驅力論指出，個體發生行為之因，在於為滿足生理需求而產生的能量或張力狀態，當生物體發生生理需時，就會受到驅力的推動去滿足此需求。例如：口渴的需求狀態使得生物體去尋找飲水來滿足需求，達到滿足時即停止飲水。根據驅力論的觀點，生物的理想狀態是保持體內恆定 (homeostasis)，即為一種平衡的內在狀態。

(二)誘因論 (incentive theory)：

誘因論指出，外在的刺激成為個體發生行動的誘因，為獲取外在更有價值之物而產生行為，此個體在滿足了基本生理與生活需求之後，仍然會繼續採取行動，像是在飽餐之後，仍然抗不了甜點的美味。大多數的誘因由學習或經驗而產生，例如：個體為了獲得更多的金錢，而奮力的工作。

(三)認知論 (cognitive theory)：

認知論指出，人類的動機是認知之下的產物，個體由於形成對於事物的意義，因而產生行為，此動機可以是因為思考衡量了外在事物的價值而去獲取，亦可為個體所認知的意義、或價值觀...等，特別是能夠解釋當人類做出並未獲得利益或甚至損失自己利益的行為之情況，例如：認為幫助他人是善良美德者，即會對他人伸手援手。

由上述內容可知，「驅力論」的限制在於只能解釋人類生理性的行為表現，而無法解釋人類多樣化的追求與行為表現，而「誘因論」與「認知論」二者雖不能解釋生理的層面，但卻可以涵蓋大部分人類心理性的動機與需求，故能能夠描繪人類複雜而豐富的行為表現。

職
王