



人事行政

《心理學（包括諮商與輔導）概要》

試題評析

本次的試題在形式上相當靈活，第一大題的出題方式過去較少出現，第二大題的評論部份難度稍高。至於第四大題解釋名詞均為講義中所特別強調的部份，應可輕易作答。以內容來看，發展(25%)、心理測驗(15%)與心理治療(30%)是本次試題的重點。預估中等程度考生應可得到45分左右，中上程度的考生可望超過65分。

一、請敘述下列心理學家的主要論點與貢獻：（二十五分）

(一)班都拉 (Albert Bandura)

(二)史登博格 (Robert Sternberg)

(三)羅吉斯 (Carl Rogers)

(四)艾里斯 (Albert Ellis)

(五)艾力克遜 (Eric H. Erikson)

答：

(一)班都拉是社會學習論的創始者，其主要貢獻在於擴大學習的範疇，由動物擴大到人、由實驗室擴大到社會、由外界增強到自我增強。他並且特別強調個體的主動觀察學習與模倣。其主要論點如下：

- (1)觀察學習：社會學習的基礎就是觀察學習，也就是學習者在社會情境中，經由觀察他人的行為表現以及行為後果，所產生的間接學習。這種間接學習的歷程稱為模倣；至於觀察他人的行為獲得增強，也具有增強的效果，稱為替代性增強。
- (2)自我增強：對楷模進行模倣時，個人也會對自己的行為訂下標準，進行自我評量，稱為自我規範。如果自己的行為符合標準，感到滿足之後便增強了所模倣的行為，此稱為自我增強。
- (3)自我效能：個人在面臨某一項特殊工作時，對從事該工作之動機強弱取決於個人對自我效能的評估。自我效能是指個人根據自己以往的經驗，對某一項特殊工作或事務，經過多次成敗歷練之後，確認自己對處理該工作具有高度的效能。

(二)史登博格提出智力三元論與愛情三元論，說明智力與愛情的三種成分。其主要論點如下：

- (1)智力三元論：按照智力三元論的看法，個人的智力高低是源於對訊息處理的方式不同，所以智力測驗應當測量個體在認知情境中的訊息處理方式。智力是由相連的三邊關係組合而成的智力統合體，組成智力的三種成份分別是組合性智力、經驗性智力和實用性智力。
- (2)愛情三元論：史登博格認為愛情由三種成份組成：動機成份，在愛情關係中是親密；情緒成份，在愛情關係中就是熱情；認知成份，在愛情關係中是承諾。史登博格認為完美的愛情應當同時包含上列三種成分。

(三)羅吉斯是人本學派的心理學家，其理論以自我為中心，所以又稱自我論。羅吉斯批評精神分析論與行為主義兩者的窄化與偏頗，主張心理學研究應以正常人為對象，對人性持樂觀的看法，認為人性本善，而且蘊藏有無限的潛能。其主要論點如下：

- (1)自我觀念：羅吉斯將人所經驗到的一切稱為現象場，現象場內屬於個人從自身所得的經驗稱為自我經驗。自我觀念包括三種層面：現實我，對自己的實際看法；社會我，個人相信別人對自己的看法；理想我，自己希望自己達到的理想。
- (2)積極關注：個人在形成自我觀念時，對別人懷有尋求積極關注的心理傾向。積極關注又分為兩類：無條件積極關注，表示他人無條件地給予正面肯定，此時個人自己的直接經驗與來自他人的評價性經驗是一致的；有條件積極關注，表示他人是在有條件的情況下才給予正面肯定，此時個人的直接經驗就可能與他人的評價性經驗不一致。
- (3)自我和諧：自我和諧是指在個人的自我觀念中沒有衝突的心理現象。根據羅吉斯的理論，自我不和諧的情況有兩種：一是理想我與現實我的不一致；二是在有條件積極關注下所得的評價性經驗，與自己的直接經驗不一致，也就是社會我與現實我的不一致。自我和諧是建立自我實現的基礎。

(四)艾里斯是理情治療法的創始人。理情治療法採用情緒認知論為基礎，認為：個人對刺激情境的解釋，才是構成情緒經驗的主要原因。理情治療是要幫助案主自己負起治療的責任；治療者只是從旁協助糾正案主對事件本身的錯誤信念，藉以達到心理治療的目的。其主要論點如下：

- (1)人性觀：人有思考的能力，但是對於與自身有關的事情，卻常有過多無謂的思考，這是造成自己困擾的主要原因。人有自我毀滅的傾向，但是也有自救的能力，理情治療的目的就是要將前者轉化為發展後者的助力。
- (2)非理性信念：形成非理性之錯誤信念的原因包括：個人必須受到他人的接納與支持；個人必須無所不能、十全十美，才

有自我價值；個人的希望不能如願以償，將會是可怕的傷害；個人現在的一切痛苦都由過去的不幸所造成，而且又會造成將來的不幸。

(3)治療步驟：理情治療法的具體步驟是分析案主的非理性信念，並指出其信念即造成情緒困擾的原因，並且將非理性信念轉變合理信念。所採用的方法包括說服、角色扮演等。

(五)艾力克遜為新精神分析學派的心理學家，其主要貢獻在於提出社會心理發展的階段，強調社會文化因素與「自我」發展之間的關係，並且將性格發展延長到成年期之後。其主要論點如下：

(1)社會心理危機：個人在生命過程中，必須不斷與社會接觸，並且會產生一系列衝突，他稱為社會心理危機。所謂成長就是克服衝突的過程，人們若能克服每一階段的危機，人格的發展就比較健全。

(2)社會心理發展階段：艾力克遜將人的一生區分為八個階段，各階段有其特有的社會心理危機，由嬰兒期到老年期依序為：信任對不信任、自動自發對羞恥猜疑、創新進取對罪惡感、勤勉對自卑感、自我認同對角色混淆、親密團結對孤立隔離、生產創造對自憐、自我整合對悲觀絕望。

二、請說明維果斯基 (L. S. Vygotsky) 對思考與語言的發展、「近側發展區」(Zone of Proximal Development)、鷹架作用 (Scaffolding) 之論點，並加評論。(二十五分)

答：

維果斯基認為兒童的認知發展在社會學習的過程當中進行。因此，改善社會環境有助於兒童的認知發展。其主要論點如下：

(一)語言與思考的關係：維果斯基特別強調兒童的自我中心語言是調和思考與行動，協助認知發展的重要因素。當兒童面臨挫折或困難情境時，其自我中心語言會增加許多。故自我中心語言不僅可以抒解情緒，更能夠促進心智發展。維果斯基認為嬰幼兒階段的語言與思考為各自獨立平行發展。就語言學習的過程來看，是採取先部份後整體的順序；但是在思考發展的過程中，則是先整體後部份。當兒童具有支配語言的能力之後，兩者的發展便合而為一。

(二)近側發展區與鷹架作用：近側發展區意指介於兒童自己實力所能達到的水準，以及經過他人給予協助之後所能達到之水準，兩者之間的差距。例如，兒童在語文能力上的可能發展區代表根據目前之語文測驗所實際達到的表現，以及經成人協助之後所預估可能達到的表現，兩者之間的差距。鷹架作用意指在可能發展區當中，由能力較佳的同儕、老師或父母所提供兒童的協助，亦即可促進兒童之心智發展的協助。為了達到此目標，他人必須組織適合兒童目前之能力的學習活動，提供兒童能力所能了解的引導或教導，並且給予兒童嘗試活動的機會。

維果斯基的理論主張對於教育而言具有下列涵義：

(1)維果斯基批評智力測驗只能測量兒童的實際發展，而未考慮其可發展的過程。他主張，在瞭解兒童的實際發展水準之後，應當根據可能發展水準，找出近側發展區，並且提供適當協助，使兒童的心智能力得到充分的發展。由此可知，教學的最佳效果即產生於近側發展區。

(2)教學過程是由學生與教師的互動所完成，而非學生被動地接受指導。因此，學生應主動參與學習，與同儕或老師進行討論，並且深入反省自己的知識。

但是維果斯基的理論在實務上亦有一些限制：

(1)側發展區的界定有所困難。

(2)難以評估學生由未知到已知的知識建構過程。

(3)由於學生在能力、知識和性格上的個別差異頗大，如何針對其個別的近側發展區給予協助，只能依靠教師的主觀判斷

三、請比較說明精神分析治療法 (Psychoanalytic Approach) 與阿德勒式治療法 (Adler Therapy) 的異同。(二十五分)

答：

(一)傳統的精神分析治療法由佛洛伊德(Freud)所提出，包含下列技術：

(1)自由聯想：是指讓案主在毫無拘束的情況下，盡情地說出心中所想到的一切經驗。自由聯想是精神分析治療的第一步，根據其中的內容可以進行其他步驟。

(2)夢的分析：是根據案主在意識狀態下所描述的夢境去解析在潛意識狀態下所做的夢，也就是根據案主所陳述的夢境來解析夢的涵意。

(3)移情分析：移情是指案主在治療過程中，將以往對他人的情感關係，以扭曲現實的方式，轉移到分析師身上。分析師由案主的移情表現，可以了解其以往的感情生活和人際關係，加以分析之後即可幫助他由不真實的感情生活中掙脫。

(4)抗拒分析：在自由聯想的過程中，案主可能不願陳述其痛苦經驗或隱藏在心中的慾望，使得分析治療無法順利地進行，這種不合作態度就稱為抗拒。抗拒分析就是化解案主的抗拒，讓他說出心中壓抑的事情。經過分析之後，可以使案主盡情地傾訴內心的矛盾和衝突，紓解其緊張情緒。

(5)闡釋：這是精神分析治療過程中最重要的步驟，也就是分析師根據案主在前述四種過程中所得的一切資料，向案主解

析，使案主了解在外在行為之下所具有更深一層的意義，因而領悟到自己心理困擾的原因。

(二)阿德勒之個人心理學主要採取下列治療技術：

- (1)提供鼓舞：鼓勵案主反省其錯誤知覺，向自己的定論挑戰，並且詳細記錄自己的優點。
- (2)收集生活史資料：生活史資料包括案主在家中的出生序、家人互動情形、幼年回憶、優先偏好等。
- (3)面質：分析師指出案主的錯誤目標和自我挫敗行為，以提高其覺察力。
- (4)解釋：分析師根據案主的相關資料，向案主提出摘要敘述，並且提出假設，協助案主面對自己未察覺的部份。
- (5)家庭作業：案主要記錄自己在特定情境之下的行為，以及當時的想法和感受。

(三)兩者在心理治療上的相同之處如下：

- (1)兩人都接受人格的動力觀，亦即動機受阻之後，將會轉移到其他活動上。
- (2)兩人都認為，早期經驗是決定人格的重要因素。佛洛伊德認為，成年期的性格取決於五歲之前的性心理發展。阿德勒也認為早期經驗是決定生活方式的重要因素。
- (3)兩人都採用夢的解析，以瞭解潛意識的內容。

(四)兩者在治療方式上主要相異之處如下：

- (1)阿德勒反對佛洛伊德之潛意識動機的觀點，他認為意識才是人格的核心，人性具有相當的自主傾向。人類生來就有一些基本需求，這些需求會形成有目標的導向力。個人可以在自主意識之下決定自己的生活。
- (2)在動機方面，阿德勒不同意佛洛伊德所提出的生之本能和死之本能。他認為，人在目標導向的生活活動中有一種與生俱來的內在動力，稱為追求卓越，也就是指個人在生活目標之下的求全求完美心態。
- (3)佛洛伊德認為塑造人格的力量主要是生之本能，也就是遺傳而來的生理需求，但是阿德勒卻認為人格是由社會所塑造的。個人是在與別人的互動之中，逐漸形成自己獨特的人格。阿德勒指出，社會興趣是人格的內在要素，必須在社會情境中與他人接觸，才能發展此項潛能。
- (4)在精神分析治療中，分析師只是案主投射或移情的對象。但是阿德勒認為分析師與案主之間是平等的合作關係。

四、請解釋下列名詞：（二十五分）

- (一)建構效度 (Construct Validity)
- (二)精神分裂 (Schizophrenia)
- (三)智力三元論 (Triarchy of Intelligence)
- (四)消極增強 (Negative Reinforcement)
- (五)集體潛意識 (Collective Unconsciousness)

答：

(一)建構效度：建構效度屬於心理測驗之效度的一種，亦即根據心理學理論來評量測驗的效度，也就是驗證測驗是否真正測量到該理論建構。驗證建構效度的方法包括下列幾種：

- (1)發展分析：在理論中預測的年齡變化應當由顯示於測驗表現中。
- (2)與其他測驗的相關：兩種測驗最好只有中等相關。
- (3)因素分析：可以將測驗內容簡化為數個因素的組合，並且計算每個因素的比重以及與測驗分數的相關。
- (4)內部一致性：內部一致性可以用來檢驗測驗內容是否具有同質性。
- (5)聚合效度和區辨效度：以多種方法測量多種建構，則使用不同方法測量同一建構應該具有高相關，此稱為聚合效度；同一方法測量不同建構應該有低相關，此稱為區辨效度。
- (6)實驗介入：以實驗方式探討某些變項對測驗分數的影響。

舉例來說，如果根據某智力理論，智力的成分包含語文和空間能力，且智力在青春之前隨年齡而增長，若根據該理論編製一份智力測驗，且該份測驗進行因素分析和發展分析的結果，確認該理論的預測正確，則可說該智力測驗具有建構效度。

(二)精神分裂：精神分裂屬於精神病的一種，是發病率最高、但是最難治療的精神病。以下是主要症狀：

- (1)思想紊亂：精神分裂症患者所表達的想法沒有組織，使人難以了解。在談話時經常語無倫次，或者不知所云。
- (2)知覺扭曲：精神分裂症患者對知覺經驗的陳述有明顯的扭曲現實的現象。例如微弱的聲音可能聽來震耳欲聾，或者覺得自己的身體有所變化，嚴重者甚至照鏡子時不認識自己。
- (3)幻覺與妄想：幻覺是指在沒有客觀刺激的情況下產生的知覺經驗，包括聽幻覺、視幻覺和嗅幻覺等。妄想則是沒有事實根據或不合乎邏輯的想法或觀念，例如迫害妄想、誇大妄想、否定妄想、支配妄想、嫉妒妄想和關聯妄想。
- (4)情緒錯亂：患者表達情緒的方式與常人不同，通常與環境不符，因為他們的內心世界和外在環境失去統合。
- (5)脫離現實：精神分裂症患者極端退縮，不肯與人交往，也不願接觸周圍的事物。他們與現實世界脫節，退縮到自己的世

界中幻想。

(6)動作怪異：患者的動作與外在環境沒有直接關連，僵直型精神分裂症患者經常維持固定姿勢達數小時之久。

有關精神分裂的治療方式，可以採用藥物治療和心理治療。藥物治療主要是採用重鎮靜劑，可以減低妄想、幻覺、社交退縮等症狀。但是長期或過量服用這些藥物可能產生動作控制的障礙。心理治療可採取精神分析、行為或認知治療。

(三)智力三元論：智力三元論由史登伯格所提出，以認知歷程的觀點來解釋認知活動中所需要的能力。個人的智力高低是源於對訊息處理的方式不同，所以智力測驗應當測量個體在認知情境中的訊息處理方式。按照智力三元論的看法，智力是由相連的三邊關係組合而成的智力統合體，組成智力的三種成份分別是：

(1)組合性智力：指個人在問題情境中，運用知識分析資料，經由思考、判斷、推理，以達到問題解決的能力。傳統智力測驗所測到的智商即屬於組合性智力。

(2)經驗性智力：指個人運用經驗處理新問題時，統合不同觀念形成頓悟或創造力的能力。

(3)實用性智力：指個人在日常生活中，運用學得的知識經驗以處理其日常事務的能力，也就是適應環境的能力。

(四)消極增強：增強是制約學習當中的一種實驗程序，亦即由於非制約刺激的出現，而逐漸加強制約刺激單獨引發制約反應的可能性。消極增強是增強作用的其中一種方式，也就是使用令個人或動物感到嫌惡或痛苦的負增強物（例如電擊或噪音）來達到增加制約反應出現的機率。其程序是：先給予個人或動物負增強物，但是出現制約反應時便除去負增強物，就叫做負增強。舉例來說，如果將狗放置於穿梭箱當中，並且給予電擊（負增強物），當狗跳到箱子的另一邊（制約反應）之後便停止電擊，經過幾次練習之後，狗跳到箱子另一邊的反應便會逐漸增加，此即為負增強。

(五)集體潛意識：由容格所提出。容格屬於精神分析論的心理學家，他承認潛意識是支配行為的內在因素，但是主張個人有兩種潛意識：一是個人潛意識，也就是個人壓抑自己的意識經驗而形成的；另一是集體潛意識，是人類在種族演化中長期流傳的一種普遍存在的原始心像與觀念。集體潛意識由原型所組成，例如太陽、火、母親等。