

# 《心理學》

## 試題評析

第一題：第一小題出自心理的生理基礎，考生於此章節若無下些功夫，恐難拿高分。第二小題則為壓力範疇的細項概念和延伸應用，需仰賴考生平日研讀時的細心和反思。

第二題：三小題皆出自變態心理學，其中除要求考生進行病症的比較外，亦須分述不同學派的成因觀點。

第三題：此題為發展範疇的基本題型。

第四題：三小題皆出自記憶範疇，前兩小題為基本題型，第三小題能否完整答題則視考生熟讀與否。

綜觀此次考題，大體來說水準不低，除第三題外皆具有一定難度，欲拿高分的同學除須於研讀時更細心外，亦得進行反思和內化的動作，面對多元題型才得以應答得宜。

### 一、請回答下列有關壓力的問題：

(一)下視丘 (hypothalamus) 在壓力發生時會發揮那些功能，請詳述之。(10分)

(二)一般適應症候群 (General Adaptation Syndrome) 的第三階段是「耗竭階段 (stage of exhaustion)」，請問在何種壓力及身體的狀況下會導致此階段的產生？此階段會出現的生理及心理症狀包括那些？有那些策略可以防止我們進入此階段？(15分)

### 答：

(一)腦部應付壓力主要仰賴著名的下視丘－腦垂體－腎上腺系統，下視丘接受到壓力訊息後，會分泌很多種類的刺激素和抑制素，用來調整腦垂體的分泌。腦垂體是懸垂在下視丘下方的一顆小腺體，但它所分泌的賀爾蒙卻影響深遠，可說是內分泌系統的中央政府。它所分泌的促腎上腺皮質激素直接刺激腎上腺皮質分泌一系列的甾皮質固醇，其中包含最主要的壓力賀爾蒙－腎上腺皮質素，直接促成一連串的壓力生理反應。

此外，下視丘會增加腦啡的分泌，腦啡使人產生快樂感，兼具止痛效果，強大壓力下的受傷往往事後才發覺疼痛就是腦啡的效用。針灸之所以能止痛，部份也是因為操作時腦啡分泌所致。但是長期性的壓力卻使腦啡產量降低，甚或消失，因而造成偏頭痛、背痛及關節疼痛。

(二)1.在第二階段的抗拒階段中，個體停留在抗壓情況的能量和循環改變、血壓較高、糖分較高，但已能適應環境威脅，而在此階段下，若壓力持續下去或出現另一新壓力源，則適應能力會下降，進入第三階段。此耗竭階段的生理症狀是喪失適應能力，精疲力竭，導致各種疾病，陷入崩潰狀態，電解質不平衡，器官機能耗弱，甚至可能死亡，心理症狀則是出現憂鬱症、焦慮症和精神分裂等心理疾病。

2.要防止衰竭則須在與壓力共處時做好壓力管理，如採Folkman與Lazarus所提出的「問題焦點的因應」與「情緒焦點的因應」。問題焦點的因應是以改變或處理對個體造成困擾的問題情境為主，也就是以問題為核心，當個體評估情境較可能被改變時，易傾向採取這種壓力因應的策略。問題焦點的因應通常又可分為二種，一種是設法消除外在環境的壓力或增加自我資源的因應行為。第二種是改變內在的心理歷程。情緒焦點的因應是直接調整對問題的情緒反應為主，當個體評估情境不容易以行為加以改變時，通常會採用此種壓力因應策略。情緒焦點的因應也可以分為二種類型，一是改變個體對一事件或情境的認知再評估。二是想辦法使自己與壓力情境或壓力經驗隔離，或者使用壓抑、防衛等方式來遺忘某些壓力情境與經驗。

### 二、請說明精神疾患的一些問題：

(一)請舉例說明妄想 (delusion) 和疑心的差異。(8分)

(二)「精神分裂症」與「多重人格 (multiple personality disorder)」的差異。(8分)

(三)請簡要說明恐慌症 (panic disorder) 的症狀，並以恐慌症為例，說明焦慮症形成的行為論及認知論的觀點。(9分)

### 答：

(一)疑心常見於一般的心理問題和人格障礙，和精神分裂症相比，它一般持續時間短暫，有一定的現實基礎，經解釋能消除；精神分裂症的「疑心」則歷時較長，往往形成於18歲之前，伴有固執、心胸狹窄、好嫉妒

等心理特徵，一般沒有固定的內容。如果病人把周圍環境中一些實際與他無關的現象，比如別人所說的話、不相識人的舉動、甚至報紙上的文章等，都和自己聯繫起來，這種「疑心」就已經發展為妄想（具有固定內容），可能就是精神分裂症的症狀了。

(二)多重人格和精神分裂主要的差異，在於多重人格患者會有人格轉換所造成的記憶不連貫，甚至可稱為時間的消失，但處於不同人格的情況下仍能與現實社會有正常的連接，並隱藏在人群中不易發現；而精神分裂患者的典型特徵則為「與現實生活脫軌」，常常會出現幻覺、情感無強烈起伏、妄想、思考不連續、長時間的怪異姿勢等等，嚴重的精神分裂病則必須強制住院，不能單獨上街以維護患者本身和他人的安全。

(三)恐慌症的特徵是自發性的恐慌發作，主要症狀是在事先毫無預警情況下，突然發生極度的恐懼、害怕和不適感，同時伴隨著心悸、大汗、顫抖、呼吸急促或窒息的感覺、胸痛或胸部不適、噁心或腹部不適、頭昏或頭重腳輕、自我感喪失、脫離現實、怕自己失去控制或發瘋、恐懼即將要死去、感覺異常、潮濕或發冷等症狀。在精神科的診斷手冊中至少要有上列四個或更多的症狀，而且反覆發作，並與外界環境中的刺激等因素無關，以及最少需要發作兩次以上才能確定診斷。

行為論的焦慮症成因：焦慮症是經由學習歷程形成的不適當習慣反應。例如，恐懼症是經由古典制約學習所形成的，強迫症則是經由操作制約學習而形成的。下列三種學習歷程都可能造成焦慮症：

- 1.古典制約：恐懼反應與先前的中性刺激產生連結。
- 2.替代制約：經由觀察學習而產生恐懼反應。例如，在牙科診所中看到其他病患的恐懼反應，因此對看牙產生恐懼。
- 3.操作制約：克服恐懼的行為形成強迫反應。

認知論的焦慮症成因：認知心理學家認為焦慮症起因於個人對某事件的認知與判斷。例如強迫思考的產生可能是個人對令人憂慮的訊息深入處理，因此造成心理負擔，然後又形成惡性循環。當個人採取某種行動藉以降低焦慮時，就產生了強迫行為。

三、請經由行為動機及典型反應的觀點，列表說明柯爾堡（Kohlberg, L.）道德發展的三個層次。（25分）

答：

期別	發展階段	動機與反應
一 前習俗道德期 (9歲以下)	1.避罰服從取向	所謂對的，就是對規定和權威表示服從，避免懲罰，並且不作任何實質上的傷害。
	2.相對功利取向	所謂對的，就是指能滿足自己或他人需要，並且以具體的交換為公平交易的依據。
二 習俗道德期 (10~20歲)	3.尋求認可取向	所謂對的，就是要扮演一個好的角色，考慮到其他人及其感覺，與同伴互相保持忠誠和信賴，並且被鼓勵去遵循規則和期望。
	4.遵守法規取向	所謂對的，就是在社會中盡自己的責任，護衛社會秩序，並且維持社會或團體的福祉。
三 後習俗道德期 (20歲以上)	5.社會法治取向	所謂對的，是瞭解到人們持有許多的價值觀念和意見，而且大部分的價值觀念和規則乃是相對於其所屬的團體。然而，這些「相對性」規則也應當在公平無私的情況下加以履行，而且因為他們是社會契約，才應該這樣做。但是某些非相對性的價值和權利，諸如生命、自由等，則應在任何社會中加以履行，而不計大眾的意見若何。
	6.普遍倫理取向	關於什麼是對的這個問題，序階六是由普遍性的倫理原則所指導。法律或社會的協議之所以經常有效，是因為他們建立在這些原則上。若是法律違背了這些原則，則吾人應遵循這些原則而行事。這些原則乃是普遍性的正義原則：人權原則，以及視人為人地尊重個人的尊嚴。

## 四、請回答下列幾個記憶的問題：

- (一)請由認知學派的觀點說明記憶的歷程。(5分)  
 (二)請說明長期記憶的遺忘干擾論。(10分)  
 (三)請由Loftus的研究說明證人記憶可能出錯的原因。(10分)

**答：**

- (一)認知學派認為，人的記憶能夠主動地選取感官資料，加以處理後轉換成有意義的訊息，並把大部分的訊息儲存起來，以供日後使用。訊息處理的過程，與記憶的關係密不可分。捕捉一個感官印象，保留在短期記憶中，或是遷移至日後得以抽取的長期記憶中，這些過程涉及到許多的歷程，首先訊息處理可分為三階段：感官收錄器→短期記憶→長期記憶。即由感官輸入訊息，先經登錄、再編碼，然後儲存，以致往後之回溯與利用之訊息流程。據此，記憶基本上包含訊息之編碼、儲存及回溯三種處理程序。
- (二)在記憶遺忘理論中，最常被探討的兩個理論是干擾與消褪。干擾理論是指競爭的訊息造成已被貯存的訊息遭到個體遺忘的歷程，在學習或記憶時，新舊內容之間產生交互抑制的現象，意即提取線索時無法有效地指出某特定記憶。訊息或刺激項目之間，呈現相互競爭狀態而造成遺忘。而造成訊息漏失現象係由於兩種干擾所致：一為前向干擾，其來自重複使用同類刺激材料類別的複合性嘗試作業；另一為來自分心作業的後向干擾。  
 前向干擾，也稱順向干擾、順攝抑制。發生在記憶被貯存之前，指之前已出現過的刺激材料成為回憶當前刺激材料的阻礙。舊訊息干擾新訊息的記憶，例如教學當中，先前學習的內容妨礙對新材料的學習和記憶時，指舊學習干擾新學習，舊有經驗干擾對新學習的回憶所產生的遺忘現象。後向干擾，也稱逆向干擾、倒攝抑制。發生於記憶儲存之後。指新的刺激材料反而成為回憶舊有刺激材料的阻礙。例如你正在撥打一個剛從查號台問出的電話號碼，而此時剛好身旁剛好有人拍你的肩膀問你打電話給誰，你僅花了幾秒回答，但回頭想繼續撥電話時卻已不記得方才問得的號碼了。
- (三)Loftus指出，記憶是可塑的，並非一成不變，它會回應外在的變動，有時為了讓事件合理化，甚至會虛構出一些不會發生的情節，只為了取信於大腦，以下列舉部份其曾提及會影響記憶的因素：
- 1.武器焦點：當犯罪者手持武器時，人的注意力只會放在武器上面，極度的壓力與恐懼使其無法注意其他的細節，即使與歹徒面對面，看似有接收到犯罪者的臉孔，其實在儲存的當下，就已模糊不清，事後再怎麼提取都沒辦法。
  - 2.事件後資訊效應：人會被事件後的資訊影響，甚至回過頭去改變原本的既存記憶。
  - 3.下意識移情：意指將在不同情境出現的人連結在一起，於是在指認犯罪時，我們認不出在壓力下挾持你的陌生人，反而認出了讓你覺得面熟的顧客。
  - 4.兒童證人：孩子很容易受到這些暗示性的問句誘導，而說出些模稜兩可，或者大人想聽的話。
- Loftus研究超過兩萬個主題而後做出結論：目擊者的證詞有時是不可信的，在事件發生之後錯誤資訊的接收，往往會對目擊者在回憶事件時，造成可預期的改變。