

《心理學概要》

一、何謂歸因 (attribution) ? (5分) 請舉例說明4種常見的歸因偏差。(20分)

試題評析	本題屬社會心理學經常出現的古典考題，但在歸因偏差部分，過去題目多要求學生舉出答案的前三種，這三種在各教科書上皆會提到，已成為學界的共識。然而，第四種則可能會因為不同的學者而出現相異的答案，本解答所列舉的錯誤共識偏差(效應)應是較為安全保險的答案，提供同學參考。
考點命中	《高點心理學講義第十三章》，張宏偉編撰，頁4-9。

答：

- (一)歸因是對於他人或自己行為原因推論的過程。歸因有助於人們預測與控制環境，並且能夠決定我們的感覺、態度與行為。
- (二)四種常見的歸因偏差：
- 1.基本歸因謬誤：過度相信他人的個人特質是行為發生的原因，而忽略情境或其他因素可能造成的影響。例如：看見社會新聞的兇殺案事件，人們普遍認為兇手的個人特質(殘酷冷血)是導致其行為的原因，而忽略情境因素的解釋(因為失業、經濟壓力而導致兇殺行為)。
 - 2.行動者與觀察者的分歧歸因：行為者傾向將自己的行為歸因於情境因素；觀察者則傾向於將行為歸因於行為者的特質因素。例如：在打保齡球時，自己連連失手打出「洗溝」球，就認為是保齡球本身或是球道的問題；而對於隔壁球道也是頻頻洗溝的球友，則認為是對方球技太差。
 - 3.自利歸因偏差：人們傾向將積極結果做內部歸因，對消極結果做外部歸因。例如：傾向於以成功為自豪而否認失敗的責任，測驗成績好認為該測驗是對其知識的有效測量，若成績不好則批評該測驗沒有測出其實際能力。
 - 4.錯誤共識偏差：人們傾向將自己的思維方式投射向他人，假設所有人以同一方式思考，高估其他人與自己信念、意見、以及態度的一致性。例如政治人物總認為民意是站在自己這一方，而低估反對立場的人數比例。

二、心理學家常以雙胞胎研究 (twin study) 和收養研究 (adoption study) 瞭解各項身心特徵受到遺傳和環境所影響的比例。請說明這兩種研究如何進行，(10分) 以及如何解釋其結果。(15分)

試題評析	關於遺傳與環境影響，或是先天與後天之爭，此類考題可能出現在知覺、智力與人格等領域，其中以智力作為題材的研究最為豐富，講義中已為同學整理了相關概念的脈絡，相信在解答此考題時應能得心應手。
考點命中	《高點心理學講義第九章》，張宏偉編撰，頁18-19。

答：

人類的各項身心特徵，例如：知覺、智力或人格等，究竟在遺傳或環境兩種因素的影響下，何者孰輕孰重，長久以來一直是心理學界爭論不休的議題。心理學家常是透過各種研究方法來探索此議題的答案，以智力發展為例：

(一)相關法

以統計學的相關法來推估不同血緣關係者間智商的相關程度，再將不同的配對相互比較以做為推論的依據。艾倫麥爾(Erlenmeyer-Kimling & Jarvik, 1963)曾回顧52篇相關研究報告，並做出概括性的結論。

- 1.證實遺傳因素的重要性：血緣關係愈接近者，智商之相關也愈高。同卵雙胞胎智商(.87)相關大於異卵雙胞胎(.53)；親身父母與子女智商(.50)的相關大於養父母(.20)。
- 2.證實環境因素的重要性：無論血緣關係如何(同卵雙胞胎、兄弟姊妹或無血緣關係者)，在相同環境一起養育求得的智商相關係數要高於分開養育的樣本。

上述方法的主要問題在於仍然無法確切劃分遺傳與環境因素的影響比重。

(二)實驗法

探討環境對於智力發展的影響與可改變性更具有實用價值。對於環境的研究區分為兩類：一類是生物環境（懷孕狀況、出生過程、體重不足、營養不良等）；一類是社會環境（學習經驗、生活環境、家庭教育、社經地位等）。

- 1.史基爾(Skeels,1966)比較兩組孤兒從嬰兒期到成年的發展，控制組樣本在孤兒院中長大，實驗組樣本由寄養家庭撫育成成人，結果發現到了成年期的智商，實驗組增加了31分，控制組則明顯下降。
- 2.萊文斯坦(Levenstein,1970)以前後測驗的方式來比較環境改善對二歲嬰兒智力的影響，實驗組是由專業人員到幼兒家中指導母親，如何利用特殊書籍與玩具刺激親子間的口語互動，七個月後樣本智商平均增加17分，控制組只增加2分。

(三)回顧相關爭議

早期心理學家大都認為遺傳是影響一個人智力的唯一因素。之後透過心理學研究發現，智力會受到遺傳與環境的交互影響，遺傳決定個人智商的上限與下限，環境是促使一個人之智商達到「上下限」的重要因素。大體來說，有良好的智力遺傳基因，又有良好的生長環境者，對其智力發展最好。個人的健康情形以及身處環境的文化背景等均會影響一個人的智慧發展。

三、請說明內在動機與外在動機，（8分）並比較兩者的結果。（5分）外在動機對內在動機有何不良影響？（4分）應如何避免？（8分）

試題評析	由於上年度已出現類似考題，課堂中有提醒同學特別注意，此題若依據講義編撰的脈絡來作答，即可取得高分，可謂送分題。
考點命中	《高點心理學講義第六章》，張宏偉編撰，頁27-29。

答：

- (一)內在動機是由活動本身產生的快樂與滿足所引起的，不需要外在條件，活動本身即是對個體最好的獎勵與報酬。例如：學生為了獲得知識、充實自己而努力讀書就屬於內在動機。外在動機是由活動本身以外的因素所引起的，個體追逐的獎勵來自外在的其他誘因。例如：學生努力讀書是為了獲得師長的讚許或金錢獎勵。
- (二)內、外在動機相乘能發揮最大功效：內在動機的強度大，時間持續長；外在動機持續時間短，具有一定的強制性。若能結合兩種動機則可對個人行為產生最大的推動作用。然而，內、外在動機可能具有互斥作用，例如：「過度辯證效應」即說明了個體的行動連結了酬賞或其他外在因素後，從而降低內在動機的傾向。Deci與Ryan(1980)的「自我決定論」亦指出，人們較喜歡覺得是他們自己掌控他們的行動（內在的激勵），因此對於某件工作，外在的激勵反而可能會使人們降低內在的興趣。
- (三)外在酬賞可以增強內在動機的條件：
 - 1.保持個人的「自主性」：酬賞要避免讓個人感覺到是在控制他的行為。相反地，讓個體感覺自己從事某項活動時，是出自於個人的選擇與自由。例如：考試成績好才會得到想要的玩具，以及父母的關愛。
 - 2.提升個人的「勝任感」：酬賞要傳達的訊息是讓個人相信自己有能力完成某項活動。故應該設定合理的目標難度，使個人有機會體驗成功。其次，具體的酬賞物往往會削弱內在動機，可利用身體語言或言語的讚賞與回饋來肯定其行為表現，增強自我能力的知覺。
 - 3.依據工作性質給予酬賞：當人從事興趣濃厚的活動（例如：繪畫），或者是與創造性、挑戰性有關的活動（問題解決），較容易因外在酬賞而削弱內在動機。當人從事的是單調乏味、缺乏挑戰性（已經熟練）的工作時，若輔以外在酬賞，通常可以提升對工作的關注與興趣。

四、為何人們會感到焦慮？請根據精神分析論、行為論、人本論、社會學習論的觀點分別說明。（25分）

試題評析	人格心理學是諮商與臨床應用的根本理論，因此在講義編排的特色上，要求同學以學派的主題來做整體的思考與學習，而非依據課本章節來做分類，並且在心理異常的講義中，仍有特別替同學做回顧整理。過去考題通常還會要求寫出各學派的治療方法，本題僅問原因，同學有較多時間可以詳實、從容地作答。綜合言之，本次心理學考題屬中間偏易，鑑別度高，相信對於心理學準備充分的同學，在分數上亦有相對的回報。
------	--

考點命中 《高點心理學講義第十一章》，張宏偉編撰，頁3-5。

答：

(一)在大多數人可輕鬆應付的情境中，若產生嚴重的焦慮情況才會被視為不正常。焦慮可被定義為是一種不安、不愉快、不確定或可怕的主觀感受，其導因可以是實際的或主觀感受到的威脅。害怕是對一種特定的危險所產生的反應；而焦慮則是對非特定的危險所產生的不確定、不安全感。在精神疾病診斷與分類手冊（第四版）中，焦慮症包含恐懼症、恐慌症、廣泛焦慮症、強迫症、急性壓力症候群與創傷後壓力症候群等六類。

(二)不同學派對於焦慮症成因的觀點：

- 1.心理分析論：焦慮症是一種內在的潛意識歷程。由於潛意識中所壓抑的「本我」原始衝動與個人及社會的價值觀相抵觸，被「超我」所拒絕，「自我」擔心無法控制兩者的衝突而產生擴散性的焦慮，進而以自我防衛機制來應對。例如：在防衛機制的抵消作用，即是以象徵性的行為來抵消以往發生的痛苦事件；強迫症病人固定的儀式動作常是用來抵消無意識中亂倫感情和其他痛苦體驗。
- 2.行為論：焦慮症是經由學習歷程形成的不適當習慣反應。恐懼症是經由「古典制約」學習所形成的，認為恐懼反應與先前的中性刺激產生連結。若面對產生焦慮情境時的第一反應是避開或逃離現場，則當情境不再危險時，也很難重新調整自己的態度與因應方式；強迫症是經由「操作制約」學習而形成，個體先表現一個自發性活動，此活動帶來的結果能使個體獲得需求上的滿足，因而產生「後效強化」作用，以後類似情境中，個體將傾向於重複出現該一活動。
- 3.社會學習論：可以同時解釋上述兩種焦慮症。「觀察學習」認為，所有行為皆可經由觀察與模仿學習而來，行為者透過觀察「楷模」的行為及後果，間接學會許多生活的行為與態度。「替代學習」即是指經由觀察也能習得制約（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。「強迫症」是因為兒童在成長過程中，透過父母、家庭系統的示範，習得強迫性的想法與行為，例如：父母是完美主義者，非常拘泥小節、有潔癖、喜歡搜集或囤積東西、仔細重複檢查東西等，孩子在耳濡目染之下，習得這些想法與行為，加上父母的價值觀也支持這樣的方式，更增加孩子的行為，日漸演變成強迫思考與強迫行為。
- 4.人本論：焦慮症產生是因為人不能誠實看待與接受自己（自我接納），因而持續否認、扭曲自己真正的想法、情緒、行為。羅傑斯認為焦慮的起源是因為個體在幼年的時候沒有得到養育者的無條件正面關懷，個體為了回應，會對自己提出過高的要求，長大之後就發展出一套苛刻的自我評判標準，稱之為「價值條件」（例如：要考上好學校才是父母的乖小孩，才能得到他們的愛），為了達到價值條件，人們不斷歪曲和否認自己的真實體驗，即便在成功的時候，人們仍然會感到焦慮。

【版權所有，重製必究！】