

《心理學》

試題評析	<p>本次試題取材多元，涵括不同的心理學領域。</p> <p>第一題：解釋名詞中，唯有第四小題的有聲思考謄本屬特殊心理學研究法，同學可能感覺較為陌生。</p> <p>第二題：自我管理屬行為主義新近的發展概念，亦有編入講義教材討論，屬較為創新的考題。</p> <p>第三題：兩種人格測驗評析則為經典的心理學考題，對於本科有用心準備的同學應十拿九穩。</p> <p>第四題：單獨針對自閉症解題，此類精細的題目較易出現在心理治療範疇中，得分較為不易。</p> <p>整體而言，試題難易各半，程度中上的同學成績可能在60~70分之間。</p>
高分命中	<p>《高點心理學講義》，張宏偉編撰，第陸章，頁7、頁16-17；第捌章，頁7、頁31；第玖章，頁13、頁64。</p>

一、解釋名詞：（每小題5分，共25分）

- (一)葉杜二氏法則 (Yerkes-Dodson law)
- (二)自利歸因偏差 (self-serving bias attribution)
- (三)精神藥物 (psychotropic medications)
- (四)有聲思考謄本 (think aloud protocol)
- (五)領導權變論 (contingency theory of leadership)

答：

- (一)壓力程度與工作表現之間呈現「倒U型」的曲線關係，當學習或工作的難度適中時，適度的壓力水準能夠使工作表現達到最好，過小或過大的壓力都會使工作效率降低。當學習難度較低時，需要較高的壓力才能提振成績表現；相反地，當難度較高時，增加壓力反而降低表現。為了達到最佳學習效果，對於工作難度低、機械式工作(例如：照稿抄寫文件)，應給予學生較高的壓力；但對於工作難度高，概念性工作(例如：計算數學題目)，則應降低學生的壓力。
- (二)自利歸因偏差是日常生活中常見的社會知覺偏差現象。是指人們傾向將積極結果做內部歸因，對消極結果做外部歸因。其表現的形式包括：傾向於以成功為自豪而否認失敗的責任；將一系列有利的隨機結果歸因於能力，而將不利的結果看作運氣不好；測驗成績好則認為該測驗是對其知識的有效測量，而如果成績不好則批評該測驗沒有測出其實際能力。
- (三)精神藥物是指直接作用於中樞神經系統，使大腦興奮或抑制，若連續使用會產生依賴性的藥品，一旦超量使用即可成為毒品。精神藥物大致可分為：抑制藥、興奮藥、大麻類、尼古丁及煙草、致幻劑等。短期內過量服用此類藥物的臨床病症稱為急性中毒；而由於長期用藥所致的不良後果稱為慢性中毒，其中包括長期非醫療性用藥，即精神藥物的濫用。
- (四)有聲思考又稱放聲思考，是用來研究問題解決之內在心理歷程的研究方法。其過程是由研究者提供一種問題情境，讓受測者嘗試解決此問題情境，並要求受測者採邊做邊說的方式，將解題的複雜內在思維歷程全部以嘴巴說出來，例如：我遭遇的問題是甚麼；我的計畫是甚麼。研究者再利用這些資料進行分析，使之對解題的思考有更深入的體驗與瞭解。
- (五)Fiedler的領導權變論指出，領導者的人格特徵或動機決定了他的領導方式，領導效能是「領導風格」與「情境因素的支持程度」交互作用的結果。其中領導風格可區分為工作取向（重視任務達成，控制慾較強）與關係取向（重視情感關係的維繫，包容力較強）兩種領導風格。工作情境支持度包括領導者與部屬的關係、工作結構化程度、領導者所擁有職位權力的高低。任務取向的領導者在極端情境下（高、低支持度），領導效能比較高；關係取向的領導者在中等支持度的情境領導效能較高。

二、近期行為論者強調行為的自我管理 (self-management)，其有何重要性？(10分) 試述發展個人的自我管理技能其步驟所包括的要項有那些？(15分)

【中壢】中壢市中山路100號14樓·03-4256899 【台中】台中市東區復興路四段231-3號1樓·04-22298699
 【台南】台南市中西區中山路147號3樓之1·06-2235868 【高雄】高雄市新興區中山一路308號8樓·07-2358996
 【另有板橋·淡水·三峽·林口·羅東·逢甲·東海·中技·雲林·彰化·嘉義】

答：

自我管理是個體主動應用認知及行為策略對自身的思維、情緒、行為以及所處環境等進行目標管理的過程。其重要性如下：

- (一)自我管理相對獨立於外在獎懲系統，強調個體的主動性。有別於任何形式的外在控制，自我管理強調個體承擔責任，主動定義目標，並對自己進行監控、評估、獎懲和調節以達到既定目標的過程。
- (二)自我管理具有目標導向。無論自我管理的目標是為了消除不良行為、提高個人績效、達到某種成就目標，都是從當前的現實狀態朝向某一目標發展，主動對自己進行目標管理的過程。
- (三)自我管理是兼具運用行為和認知策略的過程。個體需要運用各種認知和行為策略對自己的思想、情緒、行為以及所處的環境等進行調節以實現既定目標，其中包括自我監控、自我評估、自我強化、自我懲罰和自我激勵等自我管理策略，此能力受到教育和個人經驗的影響，深具教育性與可塑性。

若以自我管理方案(self-management programs)為例，自我引導改變的階段包括：

- (一)選擇目標：明確指出想作何改變，一次只建立一個目標，而該目標應該是能測量、能達成、正面的，以及對當事人是有意義的。
- (二)將目標拆解為具體可行的小目標行為：例如思考，我想增加或減少那些行為？哪些一連串的行動可達成目標？
- (三)自我監控：改變的第一步即是正確而詳細地觀察與記錄自己的行為，並對於相關的因果線索與結果加以評論，藉此提高自我察覺。
- (四)擬定改變計畫：比較自訂的行為標準和自我監測得來的資料，然後設計行動計畫，以理想的行為取代不想要的行為。
- (五)自我強化：自我酬賞是很有用的增強物，可以在標的行為出現後立即提供(例如：每天按時運動過後，允許自己看半小時的娛樂節目)。使其能持續落實在日常生活中。
- (六)與自己立下契約：向自己確認計畫的成功或失敗分別會帶來那些結果(若我能做到...；那就能得到...)。可增加自己對行動計畫的承諾感。

三、試舉例說明自陳式量表和投射測驗此兩種人格測驗的特徵、功能及優、缺點。(25分)

答：

「自陳量表」係採自我報告的形式，對擬測量的人格特質編製若干試題(陳述句)，受試者按題目中所述適合於自己情形者填答，依據其答案來衡量其人格特質。其優點包括：施測程序簡易，可採用團體施測，提升經濟效益與應用的價值。其次，皆建立標準化常模，在測驗實施、記分、解釋上皆符合標準化的概念。其缺點則則為：

- (一)容易產生反應偏差(response bias)，亦即一個人在測驗作答的系統化偏差。包括以下兩類：1.反應心向(response sets)，填答者有意或無意對測驗題目作出不實反應之傾向。其中「社會期許反應傾向」(social desirability)是受試者作答時有意無意地歪曲事實，欲留給人好印象的一種現象。2.反應風格(response styles)，當測驗的刺激與意義不明顯時，受試者不知如何反應，而習慣採用的獨特反應傾向。例如「趨同應答(acquiescence)」是指，不管內容如何，受試者在回答題目時全以「是、同意」來做反應。
- (二)受試者對於過去想法或行為的記憶可能有扭曲的現象。
- (三)同一題目對不同受試者可能有不同的意義或誤解題意。
- (四)受到測量當時的情緒、動機(惡意對抗)等不穩定因素的影響，造成信度的不穩定。

「投射測驗」係以佛洛伊德心理分析的人格理論為依據，由若干曖昧不明的刺激所組成，受測者對測驗刺激的主觀解釋與想法，會不知不覺投射出動機、態度、感情及性格等內在特性，再經由研究者作系統性分析後，據以推論其人格特性。其優點包括：

- 1.採間接方式測量，降低受試者的防衛性與刻意作偽的可能，較能取得真實的反應。
- 2.在不限制受試者的情境下，任其自由反應，可以推估人格深處的潛意識影響因素。
- 3.雖無法做為臨床診斷工具，但可發現一些病理特徵，例如：情感疾患的人會過份重視故事的情感，因情感而中斷故事；精神分裂症會有脫離社會、荒誕的幻想。
- 4.可供不適合者採用文字測驗的對象，如閱讀障礙者、文盲等。

投射測驗之缺點在於測驗原理複雜深奧，非經臨床專業訓練無法使用。此外，由於缺乏客觀統一的分析與解釋標準，進而影響測驗信、效度。

四、自閉症 (autistic disorder) 是目前兒童倍受關注的心理疾病，試述其三大行為特徵？(10分)，並說明其病因及治療方法？(15分)

答：

自閉症係美國的卡奈博士於1940年提出，意指「嬰兒退縮到自己的幻想世界裡，無法與他人建立人際關係。」自閉症是一種先天腦部功能受損傷而引起的發展障礙，通常在幼兒二歲半以前就可以被發現。自閉症患者從小開始便表現出語言理解和表達的困難、難與身旁的人建立情感、對各種感官刺激的異常反應，及一成不變難以更改的固定玩法與行為等和一般兒童不同的特徵。

自閉症不是由於父母的養育態度所造成，成因目前醫學上並無定論，可能造成自閉症的因素為：

- (一)遺傳：20%的自閉症患者中，其家族史可找到有智能不足、語言發展遲滯和類似自閉症的狀況。
- (二)懷孕期間的病毒感染：婦女懷孕期間可能因德國麻疹或有流行性感冒等病毒感染，使胎兒的腦部發育受損傷而導致自閉症。
- (三)新陳代謝疾病：如苯酮尿症等先天的新陳代謝障礙，造成腦細胞的功能失調和障礙，會影響腦神經訊息傳遞的功能，而造成自閉症。
- (四)腦傷：包括在懷孕期間窘迫性流產等因素而造成大腦發育不全，生產過程中早產、難產、新生兒腦傷，以及嬰兒期因感染腦炎、腦膜炎等疾病造成腦部傷害等因素，都可能增加自閉症機會。

目前較常見的自閉症治療方法包括：

(一)生物醫學與精神科藥物治療

針對嚴重影響社會生活適應與學習的過動及躁動不安等行為問題，以及癲癇症狀，必要時由精神科醫師提供藥物治療。此外，服用維他命B6、鎂或葉酸等可以穩定情緒、減少自我刺激行為、較少發脾氣、增進語言功能。

(二)行為、語言、溝通及人際社交治療

- 1.感覺統合治療：過動、異常的感覺反應及自我刺激等行為的產生是因為腦幹在進行初步統整所有感覺訊息過程中出現問題，而造成感覺統合失常。因此可以大龍球、球池、滑板等器材，以提供視/聽/觸覺、前庭覺及肌肉關節覺等五種基本感覺刺激與統整的練習，改善自閉症的症狀。
- 2.行為治療：依據行為學派理論的行為改變技術。在建立適當的行為方面，常採用塑造法、正增強及隔離法等技巧，消除自我刺激、自傷及不專注等問題行為，並將執行情境多從治療室轉換到自閉症者的日常生活情境中。
- 3.心理治療：
 - (1)遊戲治療－採用兒童能夠以身體機能表達心理面的遊戲取代語言作為溝通的方法，兒童可在遊戲過程中瞭解人我之分離，並學習人際社交技巧，培養社會適應力。
 - (2)藝術治療－藉由繪畫及其創造性的自由表現活動將潛意識內壓抑的感情與衝突呈現出來，並且從繪畫過程中獲得抒解與滿足，而達到診斷與治療的效果。
 - (3)音樂治療－讓自閉兒即興、自由的敲打樂器，以達到自我宣洩、解放及自我表現的目的。音樂治療可協助自閉者集中注意力、培養想像力、穩定情緒、促進社會化與語言互動、發展新的休閒技能與新的興趣。

高點·高上高普特考 goldensun.get.com.tw 台北市開封街一段2號8樓 02-23318268

【中壢】中壢市中山路100號14樓 03-4256899

【台中】台中市東區復興路四段231-3號1樓 04-22298699

【台南】台南市中西區中山路147號3樓之1 06-2235868

【高雄】高雄市新興區中山一路308號8樓 07-2358996

【另有板橋、淡水、三峽、林口、羅東、逢甲、東海、中技、雲林、彰化、嘉義】