

《心理學概要》

試題評析

本試題的出題方向，多為傳統的心理學與諮商學題目，唯第一題的連言概念和選言概念較為少見，屬於例外題。而知覺的心理歷程部份共佔了28分，包括申論題第四題以及解釋名詞第一題；第四題與政風教育的心理學概要中第二題十分相似。另Erikson的青春發展任務是經典題。歷年來，諮商與輔導的題目鮮少有重複出題，所以必須盡可能地熟悉相關理論，方能取得高分。

一、何謂「連言概念」(conjunctive concept)和「選言概念」(disjunctive concept)?請各舉一例來說明之。(15分)

答：

「概念」的定義，就廣義而言，指的是個體對具同類屬性事物的概括性同一經驗；例如兒童在看過、摸過各種不同種類的狗之後，而在他的意識中形成一種概括「狗」的重要性和認知。就狹義而言，代表其有共同屬性的一類事物的全體之單一概括性名稱或符號，具體的如「碗」、「原子筆」等，抽象者如納粹黨的「卍」、數學的符號等。其中又包含了「連言概念」和「選言概念」，分述如下：

(一)連言概念：

意指可用相連的方式說明概念中的屬性，相當於中文裡的「和」、「且」，數學中「交集」的概念，或英文中的「and」。例如近日流行的「敗犬」一詞，可以是指30歲以上，事業有成卻在愛情無著落的女生。故「敗犬」這個概念是由「30歲以上」、「事業有成」、「愛情無著落」、「女性」所相連而成的。同時連言概念也可由兩個命題來組成，例如「林志玲是一位模特兒，且演過電影」。這句話是由「林志玲是一位模特兒」以及「林志玲演過電影」兩命題組合而成。

(二)選言概念：

指的是概念中屬性的組合，可以二者選一或者兩者兼具的情形，相當於中文裡的「或」，數學中「聯集」的概念，或英文中的「or」。例如「越南的首都是河內或是胡志明市」這句話是由「越南的首都是河內」、「越南的首都是胡志明市」兩命題組合而成，整句概念上會從二者中選一或兩者兼具。

二、青春在艾力克遜(E. H. Erikson)的心理社會論中，是屬於那一個心理社會危機階段？其發展重點為何？請分別予以說明。(15分)

答：

心理學者Erikson提出心理和社會發展的八大階段，分別為嬰兒期、幼兒期、學齡前兒童期、學齡兒童期、青少年期(青春期)、成年早期、成年中期以及成年晚期。每個階段各有其發展任務，倘若該階段的發展任務沒有完成，就會產生危機。其中青春期為八大階段中的第五階段，年齡為12歲至18歲。

Erikson認為青春為八個階段中最重要的階段，因為本階段的發展任務為自我統整(self-identity)，若無法完成，將產生角色混淆的心理社會危機。所謂的自我統合意指個體能夠自我界定，且了解自己生存的意義與價值。發展順利者會有明確的自我概念與自我追尋的方向；而發展障礙者則會感到生活無目的、無方向，常感到徬徨迷失，傾向角色混淆的一端，而有統合危機，有礙日後之發展。

至於青春為完成自我認同的發展重點包括

- 1.時間透視與時間混淆
- 2.自我肯定與自我懷疑
- 3.角色嘗試與角色固著
- 4.職業意願與無所事事
- 5.性別分化與性別混淆
- 6.主從份際與權威混淆
- 7.價值定向與價值混淆

三、艾根 (Egan, 1998) 以 SOLER 一詞來代表「專注」的五個要項，請分別一一加以詳細說明之。(15分)

答：

「專注」以及「傾聽」是助人者在整個助人歷程中所用的基本技巧，用來讓個案感覺安全並能探索他們的想法和感受。其中「專注」大部份是透過非口語行為傳達出來的，並且讓助人者傾向個案。Egan 曾以 SOLER 一詞來說明專注的五個要領，以下加以分述之：

- (一)「S」-Squarely，意指要面向個案，並將注意力集中在對方身上。面對的角度通常是45度左右，這樣既可面對又不讓彼此感到壓迫感。另外也需注意，在不同文化中，對於人們互動空間有不同的定義，某些文化認定是合宜的距離，對另一個文化而言可能是疏離的。例如美國人和英國人喜歡彼此距離遠一點，而阿拉伯和猶太人則通常站得很近。因此在諮商室中，除了45度的面對角度之外，亦需考量這種文化因素。
- (二)「O」-Open，是指開放的態度，做法為把肩膀放下，兩手自然下垂，以表達出接納及願意溝通的意願，切勿雙手交錯或者翹腿，否則會讓個案感到被拒絕、被檢視而缺乏安全感。但也無需長時間刻意維持某種姿勢，因為助人者可能會因此而感到僵硬。
- (三)「L」-Lean，指的是身體上半部適當地向前傾，使對方感受到投入與興趣。這種向前傾斜、開放的身體姿勢可以有效地傳達助人者正在注意的訊息。
- (四)「E」-Eye contact，意指眼神的接觸，適當地注視對方，讓對方感受到關注、尊重。藉由專注的眼光，用以促進和維持關係，並傳達出親密、有興趣的訊息。然而過度地瞪視著個案的雙眼，可能會讓個案感到不自在，通常助人者注視個案的範圍在雙眼和鼻子之間的三角地帶。而不同的文化對於談話時的眼神接觸，亦有不同的規範，助人者除應了解這些文化差異之外，宜利用適量的非侵入性眼神接觸，使對方感受到關注，但非毫不休息地盯著對方。
- (五)「R」-Relax，指的是保持身體輕鬆自然，但仍具有專業性。每個助人者必須決定哪種專注行為使用起來是舒服的，並且能夠讓個案感到自在。許多新進的助人者可能過度努力於保持專業的立場，使得個案無法感到放鬆而覺得被仔細檢查。對助人者而言，最困難的目標之一就是放輕鬆並且做自己。然而，當助人者可以整合專注、傾聽的行為和他們自己的方式時，個案通常可以經由探索他們的感覺以回應。

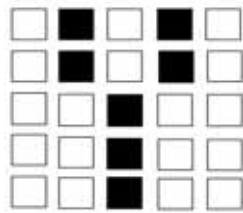
「專注」在每個諮商的階段都是相當重要的技巧，尤其在探索階段、建立關係時特別重要。自然又專業的專注方式，可以讓個案感到安全並且願意信任助人者，對治療的歷程有相當大的幫助。

四、何謂知覺心理中的「群聚組織原則」(cluster organization principle)？並請條列出四項常見的規則(定律)。(20分)

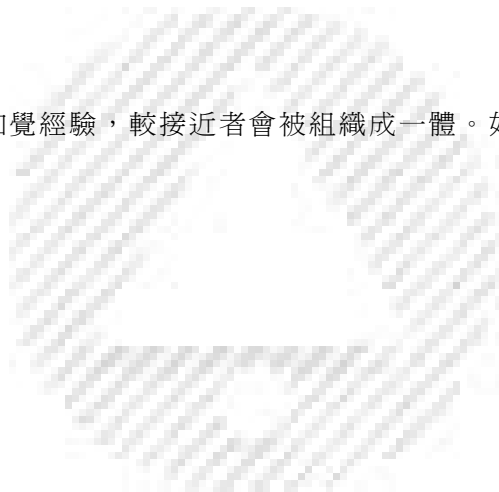
答：

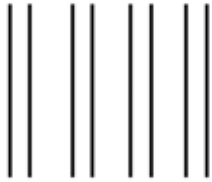
知覺是對感覺獲得訊息作進一步處理，較感覺的層次為高，且屬於心理歷程。而人類的知覺擁有許多特徵，其中群聚組織原則是指個體將感覺訊息轉化到知覺時的內在選擇處理歷程。以下介紹四種最常見的組織原則：

- (一)相似法則(similarity)：指的是以刺激的相似特徵組成知覺經驗，即特徵相近者，會被歸為一類，即所謂「物以類聚」。如右圖：



- (二)接近法則(proximity)：以刺激間的距離關係組成知覺經驗，較接近者會被組織成一體。如下圖：





(三)閉合法則(closure)：運用個體本身的經驗，主動補充或減少刺激特徵，以形成整體性，並獲得有意義或合



於邏輯的知覺經驗；主觀輪廓亦是閉合法則的一種。如右圖：

(四)連續法則(continuity)：運用個體本身的經驗，將不連續的刺激造成連續的知覺，如霓虹燈的Phi現象亦是。此種主觀的選擇是相當具有組織性、系統性並且合乎邏輯的。而對知覺的組織研究最有貢獻者，是完形心理學。如右圖：



五、何謂「自我實現」(self-actualization)？請列出五項此種人最常具備的人格特徵，並扼要地加以探討說明之。(20分)

答：

人本心理學者Maslow根據現象學、存在主義與Rogers自我心理學的相關概念，提出「需求層次」(hierarchy of needs)的理論，將個體的需求劃分為5個層次，由最初級的層次至最高的層次分別為：「生理需求」、「安全的需求」、「愛與隸屬的需求」、「自尊的需求」以及「自我實現的需求」。Maslow主張一般人其初級的需求獲得部分滿足之後，便會提升至上一層需求，最終朝著自我實現的方向邁進。Rogers則將自我實現定義為真實我與理想我趨於一致，即實現個人的生命價值與意義。另Maslow更進一步從近世史上38位最成功的名人，歸納出16點自我實現者的人格特徵，並且認為這16項特徵是使得這些名人自我實現的主觀條件。茲介紹其中五點特徵，並加上筆者個人意見說明如下：

(一)了解並認識現實，持有較為實際的人生觀

Maslow對於想達到自我實現的人，提出了許多建議，其中一點便是設定積極而有可行性的生活目標，然後全力以赴求其實現，但卻不能期望未來的結果一定不會失敗。眼高手低、好高騖遠、缺乏實際的目標，只會徒增挫敗和無助感。評估自己的能力，按部就班地從小目標做起，在自我實現的過程中，體會成長的酸甜苦辣，即便最後未達到目標，回顧這段歷程時也會回味無窮。

(二)悅納自己、別人以及周圍的世界

Maslow建議欲自我實現者，與人坦率相處，讓別人看見自己的長處和缺點，也讓別人分享自己的快樂。能夠接受自己的不完美，並且了解別人和自己想法上的差異，並不會削弱自己的價值。若能對生活環境中的一切，多欣賞、少抱怨，而非抱持著完美主義或憤世忌俗，才能朝向生命的目標前進。

(三)在情緒與思想表達上較為自然

用合宜的方式表達自己的感受，若過度壓抑自己的情緒，或者情緒起伏不定，都會造成人際上的困擾。然而也必須認知到，人際之間的衝突有時候是難免的，因此為了避免衝突而害怕表達自己的意見，凡事都忍氣吞聲，其實只是愈加累積衝突的能量。因此良好的人際溝通以及自我表達，是邁向自我實現的重要能力

與技巧。

(四)有較廣的視野，就事論事，較少考慮個人利害

Maslow認為對是非之辨，只要自己認清真理正義之所在，縱使違反眾議，也應挺身而出，站在正義之一邊，堅持到底，這樣的想法甚至已經有人「置個人生死於度外」的情操。筆者認為東方人較重視集體主義，強調團體的利益大於個人的利益，雖然團體的決策不見得是正確的，但個人即使不採取激烈的方式進行反動，也應以利他為前提。當個人發現週遭的人或社會，因為自己的付出而改變時，會獲得成就感，並增加自我實現的動力。

(五)有獨立自主的性格

獨立自主並非意味要以自我為中心，而是當面臨問題時，能夠從積極樂觀的角度看問題，並且從個人的內在和環境中尋求資源，以解決問題。而獨立自主也非指全憑己力，而是在能夠保留自尊和自主性的前提下，與他人合作，共同創造新的可能性，或者共同化解危機，在團體合作中仍看得見個別的差異性。日本學者Kitayama認為東方文化強調「互賴我」(dependent self)，與西方重視「獨立我」(independent self)的觀點不同，因此東方學生若能在團隊中發揮自己獨特的功能，相互截長補短，不過份依賴他人，也不推卸責任，則必能在工作上收事半功倍之效。

六、解釋名詞：

(一)飛現象 (phi phenomenon) (7分)

(二)糾結狀態 (enmeshment) (8分)

答：

(一)飛現象 (phi phenomenon)：

飛現象屬於似動知覺現象。似動知覺現象意指引起運動知覺經驗的刺激物，本身並未移動，但觀察者在主觀意識上，則清楚地知覺它是在移動，這是一種錯覺現象。其中飛現象也可以叫做 ϕ 現象，例如將多個電燈泡在位置上適當排列，以相繼明滅的方式形成連續地閃動，造成移動知覺的效果，但兩刺激間歇出現的時間要在0.3~0.6秒之間。霓虹燈和廣告看板造成的似動效果即為飛現象。

(二)糾結狀態 (enmeshment)：

糾結狀態是結構家庭治療中的概念。Minuchin在結構家庭治療理論中，認為家庭由各種次系統(subsystem)所組成，分別為配偶次系統、父母次系統、手足次系統以及延伸次系統。家庭成員一起執行他們的任務時，同時要發揮次系統的功能，也要發揮家庭整體的功能。然而當系統之間的互動非常薄弱，彼此間彷彿築起了一座高牆，個人和次系統會變得孤立，關係會變得困難或惡化，此時的狀態稱為「疏離狀態」(disengagement)。反之，若次系統之間的界限被弄得模糊不清，家庭成員都過度參與其他成員的生活，此時的狀態稱為「糾結狀態」(enmeshment)。

在糾結狀態中，父母雖然非常關心子女，但過度涉入子女的生活，並且在他們身上投注了大量的精力，不但容易使子女們對於父母的關注難以承受，也會造成依賴的性格，並且難以和外界與周遭的朋友建立關係，結果父母和子女都失去了獨立的能力。處遇的方法，可藉由諮商師融入家庭中，調整家庭的運作模式，並製作家庭圖、重演行動以及架新框，重新整理家人之間的互動關係。

【參考書目】

1. 林美玲、田秀蘭譯(2006)，助人技巧：探索、洞察與行動的催化，台北：學富文化。
2. 張春興(2007)，現代心理學。台北：東華。
3. 修慧蘭修訂(2007)，諮商與心理治療理論與實務，台北：雙葉。
4. 路珈(2008)，心理學得分秘笈。
5. 路珈(2009)，教育心理學(心理學)97年試題詳解。