

# 高普考 高點名師 解題講座

連續30年人氣爆棚，  
題點超過10,000名上榜生



給你最佳  
最精準的詳解!

 行政法(概要) 公共政策 <b>高凱 (高凱傑)</b>	 各國 考銓(概要) <b>何昀峯</b>
 行政法 (概要) <b>韓律 (康皓智)</b>	 政治學 <b>初錫 (蘇世岳)</b>
 財政(概) 經濟(概) 公債 <b>張政 (張家璋)</b>	 稅法 <b>施敏 (張麗芬)</b>
 審計 <b>陳仁易</b>	 中會 會計學 (概要) <b>陳世華 (邱垂炎)</b>
 土地法 土地登記 土地經再申 <b>曾榮耀</b>	 心理學 (概要) <b>黃以迦</b>
 資料 結構 <b>王致強 (蕭立人)</b>	

## 各分班解題講座

現場抽獎學金、圖書等好禮

**台北**  
7/19(二)17:00 行政、商科、廉政 **直播**  
7/20(三)18:00 人事、財廉、會科、地政 **直播**  
7/21(四)18:00 資訊

**嘉義**  
7/21(四)18:00 行政、廉政

**台中**  
7/19(二)17:00 人事 **直播**  
7/20(三)18:00 會科、行政、廉政 **直播**  
7/21(四)18:00 會科  
7/22(五)18:00 商科

**台南**  
7/20(三)18:00 行政、廉政、商科

**高雄**  
7/19(二)17:00 行政、廉政  
7/20(三)18:00 商科、會科  
7/21(四)18:00 商科、會科、人事

查詢全台場次

7/23起線上影音

下載各科解答

【知識數位科技股份有限公司附設臺北市私立高上文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設私立高點文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設新竹市私立高點建國文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設臺中市私立高點文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設嘉義市私立高點建國文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設臺南市私立高點文理短期補習班】  
【高點數位科技股份有限公司附設高雄市私立高點文理短期補習班】

臺北市開封街一段2號8樓  
桃園市中壢區中山路100號14樓  
新竹市東區民族路7號4樓  
台中市東區大智路36號2樓  
嘉義市垂楊路400號7樓  
台南市中西區中山路147號3樓之1  
高雄市新興區中山一路308號8樓

另有  
政大、淡江、三峽  
羅東、逢甲、東海  
中技、中中、彰化  
雲科、中正、成大  
中山、左營、鳳山

各分班立案核准

# 《心理學概要》

一、請試述下列名詞之意涵：（每小題10分，共40分）

- (一) 視覺懸崖 (visual cliff)
- (二) 邊緣型人格 (borderline personality disorder)
- (三) 負增強作用 (negative reinforcement)
- (四) 基本歸因謬誤 (fundamental attribution error)

<b>試題評析</b>	本題各名詞分別是知覺發展、人格、學習及社會心理學四章節中基礎且常見的概念。同學只需要將其內容及定義說明清楚即可。
<b>考點命中</b>	《高點·高上心理學講義》第一回，黃以迦編撰，頁102、頁262-265、頁114、頁157。

**答：**

- (一) 視覺懸崖：Gibson的「視覺懸崖」研究，他將一個六至七個月大的嬰兒放在活動板上時，將其一隻眼睛帶上活動眼罩來消除嬰兒的雙眼線索，當母親在淺側時嬰兒會一直爬向前，而當母親在深側向她招手時，嬰兒將不會爬過「懸崖」，由此可知嬰兒在爬行階段時已有相當好的深度知覺。
- (二) 邊緣型人格：由於邊緣型人格早年與其照顧者的關係不良，在童年時期在被虐待與被疼愛間不斷改變而產生對人不信任感。他們對自我及他人的觀點發展非常不健全，以「全好」或「全壞」的方式判斷與人的互動。且在行為與情緒上會出現長期的心情、關係與自我概念不穩定；有自我傷害的衝動。
- (三) 負增強作用：指的是在操作制約中，個體為了避免不想要或嫌惡的刺激出現而使某些特定的行為出現的頻率增加的結果。
- (四) 基本歸因謬誤：人們在解釋他人行動時有高估人格或性格的影響力，因而有低估情境或環境影響力的傾向。在對他人行為作歸因的時候傾向作內歸因，因為我們總認為行動者才是原因，因而較忽略他的背景情境。

二、試以馬斯洛 (A. Maslow) 之需求階層 (hierarchy of needs) 的動機理論說明個人如何能達成自我實現的目標。(20分)

<b>試題評析</b>	Maslow的需求階層理論是相當常出現的考點。本題回答的關鍵除了回答理論內容外，亦需要指出該理論中的兩個核心：1.不同階層有需求上的先後順序以及滿足的重要程度，越低階的需求越重要且強度越強；2.需先滿足先前較低階層的需求，較高階的需求才會浮現。指出這兩點會是本題取分的關鍵。 在回答上可以分成兩大方向：說明需求階層理論的內容以及自我實現者的特徵，並指出兩者間的關係即可。
<b>考點命中</b>	《高點·高上心理學講義》第一回，黃以迦編撰，頁71-72、頁191。

**答：**

(一) 需求階層論概要：

由人本心理學家Maslow所提出的需求層次論，其主要論點為動機是人類生存成長的內在動力，由不同的需求所組成；各需求之間有階層重要性之分，越底層越重要。分別是生理需求、安全需求、愛與歸屬需求、尊重需求、自我實現的需求。另有與這些需求階層類似的兩個獨立的需求，分別為美的需求與認知的需求。

第一層需求稱為生理需求，主要是維持有機體基本生存條件滿足，如食物、性、溫暖；第二層需求是安全需求，是免於威脅、恐懼的需求；第三層需求是歸屬需求，與他人親近、互動、關愛與被關愛的需求；第四層是自尊需求，對自己的信心、價值感、能力肯定的需求，追求不斷超越自己；第五層需求是自我實現的需求，完全發揮自己的個人潛能，對有意義的目標永恆追求。

此五種需求的特性為：順序性（固定次序不可任意跳越）、進階性（必須滿足每個階層，才可能再進一步到下一階層）、飽和性（只要足夠即可，不會再產生需求）。

- (二)自我實現者的特徵：有效率的察覺現實並能忍受不確定性、接受自己及他人的真實樣貌、自發性的進行思考及表現行為、以問題為中心而非以自我為中心、擁有充分的幽默感、高創造性、對抗傳統的濡化、關心人類的福祉、能夠深切重視基本的生活經驗、與少數人而非多數人建立親密、滿足的人際關係、能夠從客觀的角度看待生命。
- (三)結論：Maslow認為個體是由基本的生物需求提升至更複雜的心理動機，而當基本需求被滿足後，心理動機才會顯得重要。並提出了高峰經驗的概念，其特徵為快樂與滿足，但只是一種短暫且非刻意或非自我的完美與目標達成狀態。

三、請說明A型性格 (type A personality) 之特質，若發現個人具這些行為或特質，如何在職場中維護心理的健康？(20分)

試題評析	本題的考點在健康心理學中很常出現。作答上分兩個部分，先回答A型性格的研究內容與結論。第二部分說明A型性格的核心在於個體時常處在焦慮與壓力的狀態下。因此關鍵不在於職場，而是在維護心理健康的方式。因此作答內容以壓力因應的各種方式套用在職場環境即可。
考點命中	《高點·高上心理學講義》第一回，黃以迦編撰，頁290。

答：

(一)A型性格：

1950年時兩位心臟學家(Friedman & Rosenman)研究「特定行為模式與心臟病」的關係，而發現其A型性格者與冠狀動脈心臟病CHD有高相關，此性格者的行為極端並具有好競爭的成就導向，他們有一股時間的急迫感難以放鬆自己。當面對延遲或與他們視為缺乏能力的人相處時會變的不耐煩而暴躁，因而此行為可作為冠狀心臟病患的特徵。

(二)維護心理健康的方法：

- 1.工作方面：制定一個符合自己實際能力的目標；在時間安排上要預留迴旋的餘地；嚴格劃清工作與休息的界線；培養業餘愛好，增加生活情趣；經常參加體育活動，提高機體承受能力。
- 2.矯正A型性格行為：將認知技術與行為技術結合在一起，可有效的減少A型性格行為，如：治療中包括學習溫和的與他人談話並表達出自己的想法，來改變某些特定的行為。

(1)行為技術：協助人們面對壓力情境時控制其生理反應的行為技術，包括：

- A.生理回饋：在訓練中，人們會接收到生理狀態方面的訊息，然後再試圖改變這種狀態，經過幾週的生理回饋訓練後，參與者便可在沒有機器提供回饋的情況下學會辨識緊張開始的徵兆，而降低其緊張程度。
- B.放鬆訓練：教導人們深度放鬆他們肌肉並專注於思想的技術，但此訓練的益處因人而異，有些不嚴格按照指示服藥以降低血壓的人對放鬆訓練會較有回應。
- C.冥想：引發放鬆與降低生理激發的有效技術。由EEG腦波活動圖中冥想時，皮質區的激發狀態會降低並反應出減低了心智的活動水準，有學者也證實冥想有助於人們長期面對焦慮感受，改善自尊以減少復發嚴重抑鬱反應的傾向。

(2)認知技術：試圖幫助人們確認造成生理或情緒徵候的壓力情境種類，並改變他們因應這些情境的方式。

四、依統計資料估算臺灣65歲以上長者約每13人即有1位是失智者，對於未來老化社會將面臨的問題，請說明其神經認知障礙的症狀有那些，及如何對其照顧者進行心理衛生教育？(20分)

試題評析	失智症實際上是個症候群，有不同類型與原因。因此作答上需要進行分類並個別說明。本題依題意分成兩部分說明：先說明失智症的成因與症狀，再就照顧者部分回答應具有哪些照顧上的準備。
考點命中	《高點·高上心理學講義》第一回，黃以迦編撰，頁129。

答：

(一)失智症的症狀與類型：

1.失智症是一種症候群，除了記憶力減退，還會出現包含誤認、情緒變化大與情緒表達困難、性格上變得不穩定且容易與人衝突、語言表達能力退化、空間認知能力下降容易迷路、妄想、出現視幻覺、漫遊或躁動不安、展現不恰當行為、睡眠障礙等症狀。

2.失智症的類型大致可分為三類：

(1)退化型：

- A.阿茲海默症：因腦中的異常老年斑及神經纖維糾結造成神經細胞被破壞。主要被破壞處為海馬迴，因此會出現記憶障礙、時空間相關的認知功能退化等現象。
- B.額顳葉型失智症：被破壞處主要在額顳葉，因此會出現人格變化、控制能力退化、出現不合理舉動以及語言障礙等。
- C.路易氏體失智症：除了認知功能之外，也會出現身體動作控制障礙。也可能出現幻覺與妄想以及情緒不穩定等症狀。

(2)血管型：主要是因腦血管慢性病變或腦中風導致腦部血液循環不良，造成腦細胞死亡產生的智力與認知功能減退。

(3)可逆型：是由特定原因造成，比如營養失調、甲狀腺功能低下、神經性梅毒、腦傷或酒精中毒等。這些狀況可以透過治療之後有機會恢復失智的症狀。

(二)照顧者應如何準備：

1.照顧者在照顧失智症的家人時會遇到的壓力與困難可分為現實層面與心理層面兩個部分。因此應針對這兩個層面給予照顧者建議與相對應可使用的資訊與資源。

2.現實層面的困難：對疾病的不了解、經濟壓力與不瞭解相對可使用的社會資源、時間分配上的困難、照顧的責任分配、照顧者體力的損耗、對照顧者工作的影響。

3.心理上的困難：照顧者角色與其它生活角色之間的衝突、因看見失智者而產生的失落與哀傷、可能產生的憂鬱傾向、患者的情緒反應與衝突。

4.因應方式：

(1)瞭解失智症及相關照顧知識與技巧：比如至台灣失智症協會獲取相關衛教資訊。

(2)參加家屬/照顧者支持團體。

(3)瞭解相關社會福利：身心障礙福利、老人福利、重大傷病卡等都是可能使用到的社會福利。

(4)瞭解相關社區照顧資源：比如長照中心、日間照顧中心、居家服務等不同單位可依照照顧者的需求提供服務並減輕照顧壓力。

(5)評估「願意且能夠」承擔的照護程度：衡量自己目前生理/心理狀態、經濟能力、實際可行的方案等，再決定要負擔多少照護責任。

(6)設定合理目標與期待：明白我們都只是凡人，很難事事做到完美，請和醫療人員討論可行的治療方案，避免設定過高目標，造成壓力。

(7)與家人討論照顧分工：每個人心中「公平」的標準不同，恐怕無法做到所有人滿意、公平，照顧者需主動表達自己的限度、需要哪些協助，清楚的溝通可增加照護品質。若僅是被動等待別人詢問、幫助，可能換來失望與挫敗。

(8)允許自己有情緒、並找尋社會支持資源。

(9)重視自身身心狀態。

#### 【參考書目】

黃宗正，《被遺忘的時光:從失智症談如何健康老化》。

【版權所有，重製必究！】

# 高點

堅持夢想  
全力相挺

# 公職 快速通關

EXPRESS >>>

Pass!

高普考准考證 就是你的 **VIP券**

**弱科健檢** **了解問題再出發!**

權威專家 & 考試優勝者 & 輔導顧問，共同指引備考盲點。

加入【高普考行政學院生活圈】可免費預約參加 ▶▶▶



7/15—24

行政

廉政

社會

考場限定

### 111 地方特考 衝刺

- **總複習**：面授/VOD 特價 4,000 元起/科、雲端特價：5,000 元起/科
- **申論寫作班**：面授/VOD 特價 2,500 元起/科、雲端特價：4,000 元起/科
- **選擇題誘答班**：面授/VOD 特價 800 元起/科、雲端特價：1,200 元起/科

### 112 高普考 達陣

- **全修課程**：面授/VOD享准考證價再優 2,000 元  
養生報名再折 3,000 元，並加贈 15 堂補課券  
 雲端享准考證價再優 1,000 元
- **行政分眾課**：實體方案 30,000 元、雲端方案 33,000 元 ▶▶▶
- **考取班**：高考特價 49,000 元、普考特價 44,000 元(限面授/VOD)



### 單科 加強方案

- **111年度**：面授/VOD 定價 4 折起、雲端定價 7 折起
- **112年度**：面授/VOD 定價 65 折起  
 雲端定價 85 折，高點養生或憑同業補習班上課證報名，  
 可享高普考行政類（行政/人事/戶政/民政）二科以上 8 折

※優惠詳情依各分班櫃檯公告為準



【台北】台北市開封街一段2號8樓 02-2331-8268  
 【中壢】桃園市中壢區中山路100號14樓 03-425-6399  
 【台中】台中市東區大智路36號2樓 04-2229-8699

【嘉義】嘉義市垂楊路400號7樓 05-216-8787  
 【台南】台南市中西區中山路147號3樓之1 06-223-5868  
 【高雄】高雄市新興區中山一路308號8樓 07-235-8996

各分班立案核准

