

# 《心理學》

一、職場資本理論是在說明如何透過提高員工的工作績效來增強組織競爭優勢。資本理論的演進是從傳統的經濟資本 (traditional economic capital) 到人力資本 (human capital)、社會資本 (social capital)，再到正向心理資本 (positive psychological capital)。請說明以上各資本理論所關注的核心課題是什麼，以及論述各種資本的內涵為何？(25分)

## 試題評析

職場資本理論的四個內容，前三個部份來自社會學當中的理論，第四個正向心理資本則是來自心理學及管理學的研究，是新提出來的第四種資本。本題內容含括較廣，作答偏難，答題時可把重點放在正向心理資源部份多加敘述。作答時可先論述四種資本的內容，再併陳比較四種資本的核心問題。

**答：**

(一)心理資本理論起源：

2002年由心理學家Seligman首度提出「心理資本」的概念，主張心理學應該更關注健康的個體成長、培養與自我實現。並把能夠被有效測量與開發並提高績效的心理資源納入心理資本當中。而美國管理學學者Luthans於2004年將心理資本(Psychological Capital)概念延伸到人力資源管理領域。其對於心理資本的定義是指個體在成長和發展過程中表現出來的一種積極心理狀態，是超越人力資本和社會資本的一種核心心理要素，是促進個人成長和績效提升的心理資源。簡而言之，心理資本是一種個人正向的心理能量，是個體在特定的情境下對任務、績效和成功的一種正向狀態。對個體的認知過程、工作滿意度和績效都能產生正面的影響。

(二)四種資本的內涵：

- 1.經濟資本：主要包括有形資產、數據和物理資源等，由各種經濟利益組成。經濟資本的型態非常多變，但其共通點在於經濟資本是創造財富的基礎。
- 2.人力資本：人力資本指員工身上所蘊含的知識和技能，如可以通過經驗的積累、接受教育、培訓技能等手段提升人力資本。
- 3.社會資本：群體上的資源、關係、影響與扶持的網路。社會資本的獲取，需要靠關係的建立和維持，及從事社交聯誼工作，像相互的邀請、維持共同的嗜好等。簡言之，社會資本即是通過關係、聯繫網路和朋友而建立的關係資源，是包含在員工群體和員工網路中的知識。
- 4.心理資本：目前存在三種觀點，特質論、狀態論及綜合論。特質論者如Cole(2006)認為心理資本即是一種人格特質，是個體先天和後天共同作用的結果。狀態論者代表如Luthans(2004)則認為心理資本是個體在成長和發展過程中表現出一種積極的發展狀態。主要包含自信、希望、樂觀和堅韌。綜合論者代表如Avolio(2006)則認為心理資本同時具有特質性與狀態性的心理素質。可透過方法來開發，又具有特質性，比較穩定。

(三)四種資本關注的核心問題

經濟資本的核心問題在於「你擁有什麼？」；人力資本的核心問題在於「你知道什麼？」；社會資本則是「你知道(認識)誰？」；心理資本則是指「你是誰？」。

## 【參考書目】

1. 焦文洁(2012)，〈心理資本的積極效應研究〉，西安石油大學碩士學位論文。
2. 許萍(2010)，〈心理資本：概念、測量及其研究進展〉，經濟問題，2，頁34-38。

二、發展心理學家瓦倫特 (George Vaillant) 根據艾瑞克森 (E. Erikson) 的心理社會發展論，提出成人發展的六項任務：認同 (identity)、親密關係 (intimacy)、生涯統合 (career consolidation)、傳承 (generativity)、意義的守護 (keeper of meaning)，以及統整 (integrity)。請分別詳述以上六項成人發展任務的意義和內涵。(25分)

【版權所有，重製必究！】

**試題評析**

本題指定特定學者的理論學說內容，其著作《哈佛教你幸福一輩子》於今年被翻成中文並出版。本題內容需要有閱讀過Vaillant的研究及著作，考驗學生的閱讀廣度。本題偏難。

**答：**

(一)理論源起：哈佛大學於1938年開展了一項具前瞻遠見的「長期」跨學科人類發展研究，這個「長期」幾乎綿延了近一個世紀；其目的是企圖找出影響人生幸福的最重要因素。這項長期追蹤研究一開始記錄了268位當時哈佛大學大二男性學生的生活，爾後每五年追蹤、訪談，這些累積的文字與數字記錄，成為史上最長關於人類發展的實證經驗資料。而George E. Vaillant是成人發展研究的先驅。任教於哈佛大學，並指導哈佛成人發展研究達三十五年。

(二)內容：

| 任務    | 意義及內涵                                 |
|-------|---------------------------------------|
| 認同    | 獨立於家庭生活並自立。                           |
| 親密關係  | 能夠與另一個人在情感上相互依存，相互依賴和忠誠的關係中生活10年或更長時間 |
| 生涯統合  | 發展以承諾、薪酬、滿足和能力為特徵的“事業”。               |
| 傳承    | 關注建立和指導下一代。                           |
| 意義的守護 | 對保護有利於整個文化的價值觀的關注和積極承諾。               |
| 統整    | 面對不可避免的死亡，能夠建設性地與我們的過去和未來達成協議。        |

**【參考書目】**

Malone, J. C., Liu, S. R., Vaillant, G. E., Rentz, D. M., & Waldinger, R. J. (2016): 《Midlife Eriksonian psychosocial development: Setting the stage for late-life cognitive and emotional health》, *Developmental psychology*, 52(3), p.496.

三、在「壓力—疾病」的模型中，壓力源可能導致壓力的產生，而壓力則可能會造成生理或心理疾病。請描述人格特質在壓力源與壓力之間所扮演的角色，以及試從心理學的研究或實驗發現論述那些人格特質比較不容易受到壓力的傷害？（25分）

**試題評析**

本題在考壓力與心理健康的關係合併不同類型的人格特質。本題難度中等，作答時先回答壓力疾病模型的內容，再就人格特質理論回答人格的角色，最後寫上心理學實驗補充內容即可。

**答：**

(一)壓力—疾病模型：

個體遺傳有一種神經上的缺陷，亦即具有病態的或脆弱的遺傳基因，這些個體未必會發展出心理疾患，而只有在個體生活於不利的環境下時(亦即充滿壓力的環境)，才會導致心理疾患的發作。

(二)人格特質的角色

人格特質是個人對各種情境反應的獨特模式(Pervin & John, 1997)，它會影響個人對外在環境中各種刺激或事件的看法或態度。Cox (1978)曾指出，在個人的壓力感受上，存在著諸多的個別差異，而這些個別差異Selye (1976)將之歸因於條件(conditioning)因素，這些條件包含內因(遺傳特質、年齡、性別、人格特質等)與外因(學習、藥物、和其它生理處置、飲食等)。由此可見人格特質是其中一項影響壓力感受相當重要的因素。

(三)研究/實驗：

在諸多人格特質中，最常被壓力研究者所探究的包括制控信念、堅毅性格、A型性格、樂觀性等。制控信念(locus of control)的觀念是社會心理學家Rotter所倡議的，其義為表示個人在日常生活中對自己與環境關係的看法。有的人相信凡事操之在己，將成功歸因於自己的努力，將失敗歸因於個人的疏忽，這種志願承擔責任的看法是為內控(internal control)型；另外有人將成功歸因於機遇幸運，失敗則由於受人阻難，這種不願意承擔責任的看法是為外控(external control)型。因此，當一位內控者面對壓力時，將視壓力為一種挑戰，而不是威脅，如此原屬於具傷害性的壓力，將受到個體的控制信念影響而改變性質。相對的，當一位外控者面對壓力時，可能的狀況是不戰而敗，未戰先懼，如此將擴大壓力的負面影響(Brannon & Feist, 2000; Sarafino, 2002; Taylor, 1999)。這樣的觀點指出，個人不同的制控信念將影響個人壓力感受的

高低。

而中國的學者夏凌翔的研究則指出，自立人格對於心身症狀來說具有保護性的作用。所謂自立人格(self-supporting personality)是指個體在自己解決所遇到的基本生存與發展問題中形成的包括個人與人際兩個方面的獨立性、主動性、責任性、靈活性和開放性等特質的一種綜合性的人格因素。根據夏凌翔的研究發現自立人格當中的多個向度與症狀自評量表所測量的九種心身症狀存在顯著負相關。並且自立人格在分向量的得分上與貝克憂鬱量表上的得分相關也是負的。

#### 【參考書目】

夏凌翔(2011)，〈自立人格与心身症状：特质-应激-症状相符中介模型的检验〉，心理学报，43(6)，頁650-660。

#### 四、解釋名詞：（每小題5分，共25分）

- (一)主觀幸福感(subjective well-being)
- (二)謬氏錯覺(Müller-Lyer illusion)（此題請畫出謬氏錯覺的圖示並解釋之）
- (三)制約增強物與代幣制度(conditioned reinforcers and token economics)
- (四)創傷後的成長(posttraumatic growth)
- (五)神經網路的「專注模式」(focused mode)思考過程

#### 試題評析

本題整體難度中等。主觀幸福感要寫出其定義與特性。謬氏錯覺是很常考的錯覺。制約增強物要注意即是次級增強物，不要跟一般增強物搞混了。其餘名詞就看同學讀的熟練程度。

#### 答：

(一)主觀幸福感：主觀幸福感是衡量個人生活質量的重要綜合性心理指標。包括自尊、抑鬱、控制源及疏離感。但按照重要性來說，只有生活滿意感和快樂感對個人具有最基本的影響作用。

主觀幸福感具有三個基本特點：(1)主觀性是根據自己設定的標準進行評價；(2)整體性是指測量幸福時人們需要對多個因素進行綜合考量；(3)相對穩定性是指長期測量發現，主觀幸福感是一個相對穩定的值，它不會隨著時間的流逝或者環境的改變而發生重大變化。

(二)謬氏錯覺：兩條等長的平行線，箭頭凹處向外者判斷其距離較遠。



(三)1.制約增強物：制約增強物又稱為次級增強物，與原級增強物或其他已經確立的次級增強物相互聯結後，而產生增強力量的增強物，如金錢、成績等。次級增強物本身沒有什麼價值，但與其他增強物產生聯結後，其本身的價值也隨之產生。次級增強物可分為三類：社會增強物(social reinforcer)、活動增強物(activity reinforcer)、代幣增強物(token reinforcer)／象徵性增強物(symbolic reinforcer)。

2.代幣制度：代幣制度採操作制約原理，以個體自發性的活動配合代幣做外在增強的控制，促使個體在進步過程中以正當行為取代不正當行為。代幣制起源於對精神病人的制約，代幣法係以具有交換價值的象徵物代替金錢或其他許可證明(如機構幾張交換券可憑之領取食物)，做為患者自發性適當行為(如按時起床收拾床鋪)出現時的正強化物，藉由後效強化原理，從而達到矯正不良習慣的目的。

(四)創傷後成長：個體在經歷創傷性事件之後，自我知覺或體驗到的心理上的積極改變或有正向改變的經驗。主要著重當事人在創傷後能否從轉變中重新認清自我，從而另定目標及重新投入生活。

(五)神經網路的專注模式思考過程：學習過程牽涉到複雜的神經運作，當我們聚精會神，注意力高度集中於學習與思考，此時神經網路的思考過程稱為專注模式。在思考過程中，人們通常傾向採用最先想到的、熟悉的方法，亦即容易受到先入為主的想法所禁錮，固執守舊地延用老方法，以至於無法解決問題及理解新概念，心理學家稱之為「定勢效應(Einstellung effect)」。

#### 【參考書目】

教育百科

【版權所有，重製必究！】