

103年〔初等、關務人員〕應考
〔高普、鐵路、警察〕要領
【憑准考證則享優惠】✍

鼎文公職 解題

諮詢專線：(02)2331-6611

【12/23】晚上 7:00 免費解題講座

交通行政 交通達人—許博士主講
電類解題 天王名師—高分主講
行政學 王牌講師—劉鳴主講

102年特種考試地方政府公務人員考試試題

代號：30480 全一頁

等 別：三等考試

類 科：人事行政

科 目：心理學（包括諮商與輔導）

考試時間：2小時

座號：

※注意：(一)禁止使用電子計算器。

(二)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在試卷上，於本試題上作答者，不予計分。

- 一、試詳細說明現代心理學研究的方法。（30分）
- 二、請依人性論、當事人何以會有困擾、諮商成功的必要條件和諮商師的態度分別詳細說明羅傑斯（Carl R. Rogers）當事人中心學派（client-centered counseling）的諮商理論。（20分）
- 三、認知心理學家貝克（A. Beck）認為憂鬱症患者普遍有「負向的自動化思考」或出現「認知扭曲」的現象，請舉出至少四種並舉例說明之。（25分）
- 四、個人心理學（Individual Psychology）創始人阿得勒（Adler）認為心理健康的人是因為他有良好的社會興趣（social interest），近年來社會興趣也被解釋為社區參與，試從 Adler 觀點討論之。（25分）

申論題解答

一、(一)觀察法：在完全無介入或低介入下，觀察受試者行為。觀察法又分為自然觀察和結構觀察法。

1.優點：在低度介入下，受試者較可能表現如同日常生活的行為。

2.缺點：觀察者的預設立場、偏見可能造成觀察偏誤、受試者若知自己被觀察，易出現符合社會期待的反應、通常僅能觀察外顯行為。

(1)自然觀察法：指毫無介入的情況下，觀察受試者在日常情境自然而然發生的行為及其前因後果。

①優點：具高度的生態效度。

②缺點：難排除外在干擾、對很少出現的行為難觀察。

(2)結構觀察法：在研究者設計，且對每位受試者都一致的情境下（通常在請受試者在實驗室從事某項特定作業）觀察受試者的行為。

①優點：每位受試者有相同的機率展現欲觀察的行為、容易引發日常生活中少見的行為。

②缺點：受試者的行為未必會出現在日常生活，缺乏生態效度。

(二)自我報告：受試者自己報告自己的行為、認知和情緒狀態。自我報告可分為臨床晤談、結構式晤談、問卷等。

1.優點：可察覺內隱、私密的行為、情緒和思考。

2.缺點：可能因遺忘、社會期許等因素造成報告失真、有些思考和情緒未必能被自我察覺並報告出來。

(1)臨床晤談：主要用開放式問句，以口語問答搜集受試者的資訊。

①優點：彈性、深度都較高

②缺點：耗時、需要高度晤談技巧、詢問方式可能影響受試者回答內容、受限於受試者語言能力，未必能蒐集到確切資訊、解讀易受研究者的主觀影響。

(2)結構式晤談：主要透過選擇題、是非題式的問句，以一致的問題或詢問流程，蒐集個案資料。

①優點：快速、程序標準化加上問題容易回答，解讀不易受到研究者的主觀影響。

②缺點：測量的深度不足、受試者可能假裝或受社會期許影響造成回答失真。

3.心理測驗：和結構式晤談類似，但特別指透過標準化、系統化的程序，觀察受試者的行為，並以主要為量化的方式呈現結果。

(1)優點：發行的心理測驗通常具有良好的信、效度、心理測驗受到系統化和標準化的規範，結果解讀較客觀。

(2)缺點：和結構式晤談相似，深度可能不足，且較難評估其他因素對測驗分數造成的影響。

4.實驗法：實驗者透過隨機分派、操弄獨變項、控制無關變項和混淆變項、觀察依變項的研究方法。

(1)優點：可以提出因果關係的證據

(2)缺點：觀察到的現象是否能外推到其他情境易生疑慮、部分變項操弄會有倫理和安全的問題，造成實際執行困難。

(三)生理心理測量：透過儀器，測量生理細微變化，包括交感神經系統反應（心電圖、膚電圖）、腦波（EEG）、腦部代謝活動（fMRI、PET）等。

1.優點：部分生理反應和心理歷程有關，且常在人們沒有意識到的狀態下發生，因此能客觀地測量人們內隱的心理活動。

2.缺點：生理心理測量為生理反應和心理狀態的相關研究，因此難推論因果關係、不同心理反應會出現類似的

生理變化，缺乏特定性。

(四)個案研究：以單一個案為對象，完整蒐集包括成長史、生理紀錄、晤談、問卷、心理測驗等資訊來了解其資訊。

1.優點：最具有深度性、全面性

2.缺點：個案研究的結論難以推論到其他人、也無法驗證因果關係。

二、(一)人性論：當事人中心學派認為，人類有自我實現的傾向，驅動人自我成長及正向改變。有別於行為學派和心理分析，當事人中心學派強調當事人自主、自我決定、自我成長的能力，而且只要有接納、開放的環境，自我實現的動力就能驅動當事人健康地發展。

(二)當事人何以會困擾：外在環境或個人理想我和真實自我產生不一致，導致當事人無法依其本性做是適合自己的選擇、失去自我覺察，阻礙自我實現。

(三)諮商成功的必要條件：成功的諮商不倚賴特定的技術或專家式建議；相對地治療者須營造一個開放、接納、無評價的環境，增加當事人的自我覺察、讓當事人可以重新掌握選擇的自由與責任，達到自我實現。

(四)諮商師的態度：Rogers 認為成功的諮商師必須有下列三種特質或態度：

1.真誠一致：諮商師要表現從裡到外真實、一致。當事人才能在治療過程中，開放地表示自己的想法、感受、困擾，並勇於重新發覺自我。

2.無條件正向關懷：指無論當事人是否好轉、表現好不好、是個怎樣的人，諮商師都應完全正向接納。換言之，諮商師不能說：「只要你……我就接納你」；而是「不論如何我都接納你」。在此環境下，當事人不必擔憂諮商師的眼光，或討好諮商師，才能自由發覺真正自我。

3.同理心：指諮商師須要了解當事人的主觀世界，用當事人的角度，體認其挫折、掙扎、猶豫。藉此，當事人不但能感受到被接納，同時也可以把內心未查覺得思考浮現、澄清，增進自我了解。

三、依貝克的理論，憂鬱症患者傾向用負向方式解讀事件，甚至偏離現實，產生所謂「認知扭曲」或「認知偏誤」(cognitive bias) 舉例如下：

(一)武斷推論 (arbitrary inference)：沒有足夠證據下就以負向的方式解釋情境。

如：某人舉辦家族旅遊當天下起大雨，便認為自己是無用的人。但實際上，下雨並不能推論到自己無用。

(二)選擇性抽象 (selective abstraction)：解讀某情境時，選擇性地從很多可能原因中，選擇少數對自己不利的解讀，

如：籃球比賽我方輸了 20 分，隊上每個人都犯了大大小小的失誤，但憂鬱者可能解讀都是自己的問題導致全隊失敗。但事實上，每個人的失誤對都有影響。

(三)過度概化 (overgeneralization)：從很小的事件過度進行整體性、負向的推論。

如：某人一次考試不及格，就認為自己不是讀書的料，甚至是人生的失敗者。事實上，一次考不好，可能因很多因素造成，未必代表此人不是讀書的料。

(四)放大化或縮小化等 (magnification/minimization)：放大壞事的解讀或縮小好事的解讀。

如：開車擦撞到護欄，車門有了小刮傷，但車主卻認為這台車毀了 (放大化)；被老師讚美表現很好，但自己確認表現還是很差，相當沒用 (縮小化)。

四、阿德勒的個體心理學認為，人的成功與快樂大部分來自與社會的互動連結，因為我們是社會的一部分，所以無法脫離此脈絡孤立地被了解。人們必須在社會中取得地位，或取安全感、接納感和價值感。

因此，阿德勒主張人會有感知道自己是社群的一分子的「社群感」。而社會興趣是指社群感相應的行動，以及對外界人群的正向態度，同時也反映個體與他人合作並產生貢獻的能力。從更大的層面來說，社會興趣是指人與人

103年〔初等、關務人員〕應考
〔高普、鐵路、警察〕要領
【憑准考證則享優惠】✍

鼎文公職 解題

諮詢專線：(02)2331-6611

【12/23】晚上 7:00 免費解題講座

交通行政 交通達人—許博士主講
電類解題 天王名師—高分主講
行政學 王牌講師—劉鳴主講

之間樂於互相付出、相互回報，並發展出願為社會福祉奉獻的能力。

阿德勒認為，社會興趣是經由學習、教導而來，同時也是心理健康的重要指標。他主張，有社會興趣的人，會致力於將生命中健康、有利社會的部分充分發揮。當社會興趣發展出來後，個人的自卑感與疏離感會消失；相對地，若缺乏社會興趣，人會變得沮喪，且朝無益於生命發展的方向走向死亡。

很多研究發現，缺乏社會互動不但是心理疾患的危險因子，缺乏社會互動或積極參與社群的人，也較可能從事不健康的行為，如抽菸、過度飲酒、使用違法藥物等。

阿德勒也認為，健康人生必須完成三項「生命任務」，包括與人建立友誼、建立親密關係和奉獻社會。儘管隨時代變遷，人們生命任務看法可能有所改變，但許多研究仍支持，良好的親友關係、伴侶支持和社會歸屬感，依然是心理健康的保護因子。