

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：40560 全一頁

等 別：四等考試

類 科：人事行政

科 目：心理學（包括諮商與輔導）概要

考試時間：1小時30分

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、往往我們未按照邏輯的法則去思考，而是走思考的捷徑，使用捷思法（heuristics）；最常見的捷思法是「代表性捷思法」（representativeness heuristic）及「可得性捷思法」（availability heuristic）。請各舉兩例說明這兩種捷思法，並請說明使用該捷思法所犯的錯誤。（25分）
- 二、運用古典制約與操作制約的行為治療或行為改變策略有很多種，請各舉一個策略，說明其原理以及該策略執行的過程。（25分）
- 三、何謂青少年的「自我中心」（egocentrism）？這種「自我中心」是怎麼發展出來的？請說明之。（25分）
- 四、面對心儀的對象卻緊張得面紅耳赤、說不出話來的人，當如何協助他/她？請選擇一個行為治療（或認知行為治療）策略，說明策略的名稱、此策略所根據的學習理論及執行此策略的過程或步驟。（25分）

□ 申論題解答

一、

答：代表性捷思法：指判斷某一事件屬於某一類事物的機率時，取決於此事件代表這類事件的程度，簡單來說，即此一事件「像不像」這類事物，若愈像則屬於這類事件的機率愈高。

常犯錯誤包括：

賭徒謬誤 (Gambler's Fallacy)：擲一枚公正的硬幣，連擲三次都是反面，很多人會預期第四次會出現正面；但事實上，每次擲硬幣都是獨立事件，正面的機率都是 0.5，並不會特別容易出現正面。人們會這樣認為，只是「反反反」和「反反反正」相比，後者「比較像」隨機造成的。

聯集謬誤 (conjunction fallacy)：指 A、B 事件都發生的機率，不可能高於 A 或 B 個別發生的機率。我們常因為事物有 A 類和 B 類的特徵，就認為此事物為 A 和 B 的聯集。以經典實驗為例，受試者看到「琳達在校時是一個激進份子、很聰明、單身、畢業於哲學系。」的描述時，認為琳達是女性主義的銀行員機率，比單純銀行員的機率還高。

可得性捷思法：因某些事較容易被回憶出來，就認為比較常發生。

常犯錯誤包括：

以偏概全：電視報導近日有一件重大槍擊案，民眾就認為最近的治安變差。事實上，重大槍擊案雖然令人印象深刻，但同時暴力犯罪發生率、竊盜率等可能同時下降，整體的治安不一定變差。

錯看預兆：古人認為隕石殞落代表君王駕崩，但事實上幾乎天天都有隕石殞落，君王卻沒有天天駕崩。會這麼想只是因為君王駕崩時，才讓我們「想起」之前看到隕石殞落罷了。

二、

答：(一)古典制約：

策略：嫌惡治療 (aversion therapy)

原理：依古典制約原理，原本中性的刺激 (CS)，可因經常和會引發生理反應的刺激 (US) 配對，而產生和 US 造成的反應 (UR) 類似的條件化反應 (CR)。嫌惡治療透過古典制約，讓原本中性的刺激 (CS)，如菸酒的味道或影像，配上令人嫌惡的身體感受，如嘔吐 (US)，使個案只要拿起酒杯或點起香菸，就產生一陣嫌惡感，降低物質使用。

執行過程：以酒癮違例，部分嫌惡治療會請患者邊喝酒想像成令人做噁的情況 (如酒中有很多蟲) 或想像喝酒後經歷非常強烈的嘔吐。部分治療甚至會在酒中加入催吐劑，讓個案喝了之後嘔吐。經過多次配對後，個案只要聞到酒的味道，甚至看到酒 (CS)，就會產生做噁的感覺 (CR)，降低喝酒的機率。

此治療法也被應用在戀童癖個案上，有治療讓個案看會令其性激發的圖片，然後同時給予電擊，讓原本會引起性激發的刺激轉為引發恐懼。

(二)操作制約：

策略：暴露與反應抑制法 (exposure and response prevention, ERP)：

原理：操作制約的基本原理為當一個行為帶來的後果令個體滿足，個體重複此行為的機率會增加。然而，如果行為帶來令人滿意的後果不再出現，漸漸地行為再次出現的機率會降低。以強迫症 (OCD) 為例，行為學派認為，強迫行為之所以持續，主因個案儀式性行為移除了焦慮感所致，係屬於一種「負增強」的過程。ERP 治療

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

的原理，便是基於 OCD 的儀式性行為是為了移除引發焦慮的刺激所學習到的一種手段，因此在治療中抑制個案進行儀式性行為，打斷負增強歷程，達到行為改變。

執行過程：

ERP 在治療強迫症個案時，會先評估引起個案焦慮的情境。之後治療者會請個案想像或實際接觸這些情境，但要求各案「不得」進行強迫性的行為，同時配合放鬆技巧，讓個案的焦慮感自然而然緩解。以怕髒需要經常洗手的 OCD 個案為例，治療者可請患者觸摸灰塵、門把等引發焦慮的刺激，但要求個案不得洗手，僅能透過放鬆等待焦慮感逐漸消失。

三、

答：何謂青少年的自我中心：指皮亞傑 (Piaget) 認知發展理論中，從「具體運思期」(約 7-11 歲) 到「形式運思期」(約 12 歲以上) 過渡時青少年的思考特徵。常見的情況包括無法妥適地在自我和他人的角度轉換思考，具體情況包括：

假想觀眾 (imaginary audience)：認為自己是大家關心或注意的焦點，例如今天長了一顆青春痘，就認為全班的人一定都看到了，真丟臉。

個人傳奇 (personal fable)：認為自己想法、感受和行為是獨特的、無人可以了解的，進而可能高估自己的能力、低估外界風險，參與一些高危險的行為。具體行為包括青少年常認為自己是世界上最痛苦的人，沒有人可了解自己的感受。

發展原因：依皮亞傑的認知發展理論，青少年從缺乏抽象思考和觀點取替 (perspective taking) 能力的具體運思期逐漸發展到形式運思期時，雖然逐漸學會抽象思考，以及用別人的觀點來看事物，但因為抽象程度和觀點取替的彈性不足，導致他們即使注意到他人和自己有不同的思考角度，卻常認為別人也會用自己的觀點來看待我自己。但從更廣泛的層面來看，青少年期間經過外貌轉變和第二性徵出現，且逐漸由家庭保護下走向獨立，也可能造成青少年在思考和情緒上較為起伏、情緒化，或是較為自我中心。

四、

答：此處假設個案會面紅耳赤的對象，只有新儀的對向。並選擇「系統減敏感法」做為治療策略。

根據學理：古典制約理論中，非條件化刺激 (US) 會引發非條件化反應 (UR)，例如狗看到肉類 (US) 會流口水 (UR)；若將原本中性不引發 UR 的條件化刺激 (CS)，經常與 US 配對出現，久而久之 CS 也會引發類似 UR 的反應，此時稱此反應為條件化反應 (CR)。理論認為，焦慮症狀因中性無害的 CS 和原本會引發焦慮的 US 配對導致之後 CS 單獨出現也能引發焦慮(CR)所致。也就是說，在此處的個案中，可能因某原因讓心儀的女生和引發焦慮的刺激連結，導致個案後來看到心儀的女生，心中不是火熱熱的愛慕，反而緊張得連說都說不出話。

採用策略策略：系統減敏感法 (systematic desensitization)：

系統減敏感法透過「反制約」的方式，讓個體用「放鬆」取代焦慮反應，打斷原本 CS-CR 連結。加上放鬆和焦慮分別由副交感和交感神經系統引發且互相拮抗，因此可有效降低焦慮感。

執行過程：

第一步：鬆弛訓練

治療者先讓個案學習深度放鬆從頭到腳大小肌群。初期會透過治療者輕、軟、平靜的語調引導放鬆，之後逐漸讓個案學會自主放鬆。

答案以正式公告為準

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

第二步：定出焦慮情境階層

依晤談蒐集到的資料，治療者協助個案擬定從低到高，大約十個不同程度引發焦慮的情境。以本題為例，引發焦慮的情境由低到高可能依序是：看到對方向自己走來、和對方打招呼、對對方問問題、和對方簡短交談、在對方前面吃東西、和對方交談十分鐘以上、和對方合作報告、約對方課外活動、和對方表達心情、對對方表白等。

第三步：逐步進行減敏程序

進行時，治療者會請個案從階層中引發焦慮程度最低的情境開始想像，然後請個案同時進行肌肉放鬆。反覆練習直到個案想像焦慮情境時，不會再產生焦慮反應。之後逐步往下個階層練習，直到個案即使想像最焦慮的情境也不會再感到焦慮為止。