

111 年公務人員普通考試試題

類 科：教育行政、財經廉政

科 目：心理學概要

彭博老師

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)

【解題關鍵】

1.《考題難易》：★★★

2.《破題關鍵》：(1)視覺懸崖實驗說明實驗的目的與實驗設計，以及簡單說明實驗發現。(2)邊緣性人格疾患的特徵舉出五項主要特質：認知扭曲、痛苦挫折耐受性差、情緒調適能力缺乏、人機關係失功能、常有自傷自殺行為，或佐以 DSM-5 或 ICD-11 的診斷標準亦可。(3)正確說明負增強的含義，提供嫌惡刺激，增強所欲的正向行為，並舉例說明。(4)基本歸因謬誤的定義說明正確，他人有問題常歸因於他人性格，不歸因於環境變數。並舉例說明。

【擬答】

(一)視覺懸崖(visual cliff)：心理學家 Gibson 和 Walk 為了調查兒童深度視知覺能力發展，開發了視覺懸崖測試，以便與人類嬰兒和動物一起使用。吉布森和沃克對嬰兒感知深度的能力是先天能力或是後天學習行為感到興趣。Gibson 和 Walk 將他們的視覺懸崖裝置描述為一塊厚重的玻璃，支撐著一英尺或更遠的地面。在玻璃的一側，將高對比度圖案的織物壓向下側以使玻璃看起來固體。玻璃下方的地板上鋪設了相同的材料，創造了懸崖的視覺幻覺。後來的研究表明，只有三個月的孩子即能夠感受到視覺懸崖的刺激（雖然他們仍然可能不會停下）。但當放置在明顯的“邊緣”上時，他們的心率加快，眼睛變寬，呼吸頻率增加。而一歲以上的兒童，在視覺懸崖的邊緣大多會停止不前，怕自己會跌落懸崖，顯示兒童似乎很早就有運用單眼或雙眼線索，幫助自己產生深度視覺能力。

(二)邊緣型人格(borderline personality disorder)：許多獄所收容人常有邊緣性人格疾患問題。邊緣性人格障礙主要呈現在認知扭曲（非黑即白）、挫折傷害耐受性差、情緒辨識及管理困難、常有自傷自殺行為與想法、人際關係失功能等問題，一般來說可採取辯證行為治療(DBT)或接納承諾 (ACT)等諮商方法予以輔導。

根據美國精神醫學學會出版的《精神疾病診斷與統計手冊第 4 版》(DSM-IV)，邊緣型人格障礙的症狀包含以下九種，只要符合其中五項或以上，就有可能罹患邊緣型人格障礙：

- 1. 不論是真的有可能發生，還是自己幻想出來的，患者會極力避免被親人好友拋棄。
- 2. 與人相處的應對方式不穩定、情緒反覆無常，並會表現出操控他人的意圖。
- 3. 扭曲且不穩定的自我意象 (Self-image)，進而影響到心情、價值觀、意見、目標和關係維繫。
- 4. 行為浮躁，甚至可能衝動行事不顧後果，例如過度消費、危險駕駛、濫用藥物、濫交等。
- 5. 出現自我傷害的行為，包含企圖自殺，或是以自殺威脅他人。
- 6. 沮喪、易怒、焦慮等情緒會持續幾小時，但很少會持續到幾天以上。
- 7. 長時間感到空虛或無聊。
- 8. 不適當、過於激動，或是無法控制的發怒，通常也帶有羞愧和罪惡感。
- 9. 產生解離感 (Dissociative feelings)，或是壓力相關的偏執意念。

(三)負增強作用(negative reinforcement)：史肯納的操作制約學習(operant conditioning)中，在不期望的行為出現時，移去令行為者嫌惡的事物或刺激，以增加另一正向行為出現的機率，此種以排除嫌惡事物或刺激而增強正向行為的方法，稱為負增強。譬如：小明放學回家後，一直在玩手遊，很晚了還不做功課，媽媽則令小明去面壁罰站，但只要小明願意主動

公職王歷屆試題 (111 普考)

去寫功課，則可以回來不用面壁罰站，即為負增強的運用。

(四)基本歸因謬誤(fundamental attribution error)：由心理學家 Lee Ross 在 1977 年所提出的，是一種社會心理的歸因謬誤現象。即是指「在判斷某個人做出某件事情時，人們往往會高估性格因素的影響，而低估了環境的影響力」，尤其是在評判他人的事件時，這種歸因謬誤很常見，例如小明考試考不好，媽媽便認為是他自制力不夠，而沒有考量到老師的教學方式是否能夠引起他的興趣。

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)

【解題關鍵】

1.《考題難易》：★★

2.《破題關鍵》：本題偏易，只要正確說明 5~8 層次需求理論的正確意義與各層次需求內容，並說明如何從各層次階層需求滿足與達到自我實現的狀況的相關性，即是正確答題。

【擬答】

馬斯洛需求層次論 (Maslow's Hierarchy of Needs Theory) 需求層次理論是解釋人格的重要理論，也是解釋動機的重要理論。其提出個體成長的內在動力是動機。而動機是由多種不同層次與性質的需求所組成的，而各種需求間有高低層次與順序之分，每個層次的需求與滿足的程度，將決定個體的人格發展境界。需求層次理論將人的需求劃分為七~八層次，需求層次如下：生理需求、安全需求、社交需求(愛與隸屬)、尊嚴需求(尊重需求、自尊需求)、認知的需求、追求美感的需求、自我實現需求、自我超越 (transcendence) 需求 (靈性天人合一需求)。所謂層次，並沒有截然的界限，層次與層次之間是相互疊合，互相交叉的，隨著某一項需要的強度逐漸降低，另一項需要將逐漸上升。此外，可能有些人的需要始終維持在較低的層次上，而沒有向上一層次發展的機會。各項需要的先後順序，不一定適合每一個人，但最終人生目標都能達成自我實現的階段。(註：馬斯洛本人並未提出需求金字塔模型來解釋他的需求理論)。

(一)生理需求 (Physiological needs)，也稱級別最低、最具優勢的需求，如：食物、水、空氣、性慾、健康。未滿足生理需求的特徵：只想讓自己活下去，思考能力、道德觀明顯變得脆弱。例如：當一個人極需要食物時，會不擇手段地搶奪食物。

(二)安全需求 (Safety needs)，同樣屬於低級別的需求，其中包括對人身安全、生活穩定以及免遭痛苦、威脅或疾病等。缺乏安全感的特徵：感到自己對身邊的事物受到威脅，覺得這世界是不公平或是危險的。例如：一個孩子，在學校被同學欺負、受到老師不公平的對待，而開始變得不相信這社會，變得不敢表現自己、不敢擁有社交生活。

(三)愛與隸屬需求 (Love and belonging needs)，屬於較高層次的需求，如：對友誼、愛情以及隸屬關係的需求。缺乏社交需求的特徵：因為沒有感受到身邊人的關懷，而認為自己沒有價值活在這世界上，因此結交與自己處境類似的同伴。

(四)自我尊嚴需求 (Esteem needs)，屬於較高層次的需求，如：成就、名聲、地位和晉陞機會等。尊重需求既包括對成就或自我價值的個人感覺，也包括他人對自己的認可與尊重。無法滿足尊重需求的特徵：容易被虛榮所吸引。例如：利用暴力來證明自己的強悍、富豪為了自己名利而賺錢。

(五)認知需求：(knowledge needs)。

(六)美感需求。

(七)自我實現需求 (Self-actualization)，是最高層次的需求，包括針對於真善美至高人生境界獲得的需求，若前面四項需求都能滿足，最高層次的需求方能相繼產生 (但也可能獨立出現)，是一種衍生性需求，如：自我實現，發揮潛能等。缺乏自我實現需求的特徵：覺得自己的生活被空虛感給推動著，要自己去做一些身為一個「人」應該在這世上做的事，極需要有讓他能更充實自己的事物。

(八)自我超越需求，因目前研究尚未詳細證實，故列為參照的需求層次。

文化行政X教育行政

相信就能做到，你需要的全方位考取規劃

讓志光.保成.學儒來完備

正規班	課程最完整 奠定考取實力	總複習班	考前觀念統整 法條時事最新補充
高分作文班	名師指導 拆解高分答題技巧	成效卓越 讀書會	學員有口皆碑 最具成效的方式
申論作答課	針對法科及學科 個別深入探討	全國線上 模擬考	藉由測驗了解 各科分數及總排名落點
題庫班	教您以最快速度 解出正確答案	能力指標 檢測系統	線上測驗同時診斷 各科目章節強弱

(各班輔導規劃略有不同，部分課程需自費加選，詳情請洽各班服務櫃台)

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)

【解題關鍵】

- 1.《考題難易》：★★
- 2.《破題關鍵》：本題偏易。答題重點：(1)正確解釋 A 型人格的特質，並說明可產生的疾病與問題。(2)以具體策略說明如何維持員工的心理策略。

【擬答】

- (一)心臟科醫師發現長期性的處於壓力之下，試圖於不足的時間中完成過量的工作，且常處於與他人及事務的競爭衝突之中的人較易罹患高血壓、心肌梗塞等心臟血管方面的疾病，並稱之為 A 型冠狀傾向行為型態，簡稱為 A 型性格。A 型性格具有以下共同的心理特質：
1. 壓抑的個性。不能認同甚或經常壓制個人的情緒經驗，以致未能覺察情緒的發生及存在，同時逃避疾病診斷及處置的訊息，而錯過適當診療的時機，衍生出慢性病或使得病情加劇，如偏頭痛、下背痛、胃潰瘍患者。
 2. 防衛性高。雖不致對人產生對立的敵意，但不善於與人表露及分享內在的情緒，因此情感經驗較為封閉，思考較為僵化，不夠靈活彈性變通，對現狀總是不滿。
 3. 期待獲得較高的社會期許。對自我充滿較高的信心，相信凡事可以盡個人力量完成，以符合「成功」的形象，或是以躋身非凡成就為努力的目標，認為休閒是一種奢侈的浪費，會誇張地認為若能好好利用休息的時間來做更多的事情，是一種責任也是必要的犧牲。競爭性強，喜歡具挑戰性的工作，以追求高成就。
 4. 其人際行為是說話速度快、音量大、好爭辯，常使用情緒字眼、姿勢及表情呈緊張狀態，對人敵意強、具攻擊性。
- (二)如何在職場中維持心理健康
1. 一個符合自己實際能力的目標。
 2. 在時間安排上要預留迴旋的餘地。
 3. 嚴格劃清工作與休息的界線。
 4. 培養業餘愛好，增加生活情趣。
 5. 經常參加體育活動，提高機體承受能力。
 6. 飲食、走路放慢步調，享受體驗當下的氛圍。
 7. 充實高品質的睡眠，運用複式深度呼吸、肌肉放鬆技巧、自我暗示認知療法解除急性的

壓力症狀。

8. 信任部屬，充分授權，營造合作信賴積極的工作環境。

部分參考來源：A 型人格對於勞工在職場中的影響／黃則錚

<https://www.tpwu.org.tw/oil-workers/228-article-379/76216.html>

志光 保成 學儒

112年 虛實整合

重聽OK 旁聽OK

多元學習新型態

突破傳統上課形式 5大方式彈性又便利

| 面授學習 | 直播學習 | 在家學習 | 視訊學習 | Wifi學習 |

<p>◆學習◆ 零時差</p> <p>同類科各班別 皆可同步直播上課</p>	<p>◆服務◆ 零死角</p> <p>服務緊貼需求 隨時掌握學習狀況</p>
<p>線上 課業諮詢</p> <p>老師 申論批閱</p> <p>雙師資 雙循環</p> <p>多元 補課方式</p>	<p>上榜生 經驗親授</p> <p>時事 專題講座</p> <p>歷屆試題 練習</p> <p>班導師 制度</p>

各班服務略有不同，詳情請洽全國志光、保成、學儒門市

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）

【解題關鍵】

1. 《考題難易》：★★★★

2. 《破題關鍵》：(1)如果可以的話，請先說明老年失智症的種類與原因。(2)說明老人失智症常見的認知障礙主要症狀（如果能細分為初中晚期更佳）。(3)提出一些增進失智老人心理健康及復健的衛教方式。

【擬答】

(一)失智症可依病因分為退化性、血管性及可逆性失智症。常見的退化性失智症包括阿茲海默症、路易氏體失智症及額顳葉型失智症等。血管性失智症則是因為腦部血液循環不良，導致腦細胞死亡造成認知減退。血管性失智症針對血管危險因子，如高血壓、糖尿病、高血脂的控制及抗血栓藥物治療。可逆性失智症則針對病因治療。退化性失智症如阿茲海默症及帕金森氏失智症，有多種藥物可以選擇，雖無法治癒但可減緩惡化。另一種介於正常老化和失智症之間的情形，稱為『輕微認知障礙』，認知功能較同年齡同教育程度者差，但日常生活功能尚正常，未達到失智症的程度。輕微認知障礙年長者每年約 20%會進展為失智症，同年齡的正常人約只有 2%。

(二)失智症病人症狀：記憶力的減退，注意力、語言能力、抽象思考能力、空間感、計算力、判斷力、行為情緒控制能力等功能會受到影響，容易出現妄想、幻覺或干擾行為等症狀，這些症狀會隨著嚴重程度的不同而影響工作、社會人際關係及日常生活功能。

1. 初期失智症患者的症狀

- (1) 記憶力減退影響到日常生活
- (2) 無法勝任原本熟悉的事務
- (3) 言語表達或書寫出現困難

- (4)對時間與地點感到混淆
- (5)判斷力變差或減弱
- (6)計畫事情或解決問題有困難
- (7)物件擺放錯亂且失去回頭尋找的能力
- (8)情緒和個性的改變
- (9)從職場工作或是社交活動中退出
- (10)有困難分辨視覺影像和空間關係
- (11)老年憂鬱症可能是失智症的早期症狀，或將來罹患失智症的危險因子。但老年憂鬱症的患者也可能同時有認知障礙，而與失智症症狀相似，稱為『假性失智』。

2. 中期失智症症狀

- (1)會遺忘最近以及過往的記憶
- (2)會重複好幾次相同問題
- (3)失去日常照顧自己的能力，如吃飯、買東西

3. 晚期失智症症狀

- (1)遺忘身邊熟悉的事物，甚至是自己
- (2)語言表達不清，無法與正常人溝通
- (3)完全無法獨自生活

(三)失智症老人心理衛生教育

1. 多與人交流：多參加聚會活動、玩遊戲等能促進大腦發展，也能夠釋放壓力，保持好奇心旺盛也是對抗失智症的良方。
2. 勤運動：培養運動習慣不僅是增強體力、肌肉的能量，也是提高大腦記憶力的良藥，對於長輩來說可先從輕度的有氧運動開始，如健走、慢跑、爬山等等。
3. 健康飲食：適量攝取容易肥胖的高鹽高糖食物，對於代謝力變差的長輩來說，不只會造成肥胖也容易得心血管疾病。也是傷害記憶力的兇手，可參考地中海、得舒飲食法，降低高血壓遠離失智症的風險。
4. 預防頭部受傷：當頭部曾發生外力撞擊，引起嚴重的傷害，這些都會讓失智症風險高於一般人4倍大，所以平時騎車請戴安全帽，如果頭部受傷，必須確實給醫生診治，讓傷害降到最低。
5. 懷舊回憶活動：對於失智症患者而言，他們容易受損的是短期的記憶，對長期記憶的影響較不大。因此可以透過與失智症長輩回憶過往，藉由照片或是影片的輔助，喚起他們的回憶，並且讓他們自己描述。這樣不只能幫助長輩的腦部活動，更能給予他們溫暖的陪伴與心情上的愉悅。
6. 加強認知活動訓練：透過需要「專注、思考」的遊戲，幫助長輩維持現有的認知功能。如下棋、玩拼圖。若能自己設計遊戲，並跟日常生活結合，對於失智症患者的幫助會更大。例如：準備玩具貨幣與蔬菜字卡，與長者玩購物遊戲，透過辨識物品與買賣過程的金額計算，幫助長輩動腦思考。
7. 加強老人現實感知能力：失智長輩常會出現與現實脫節的感覺，這樣的疏離感更可能造成長輩對於生活失去動力，對此照顧者可以透過日常聊天的問答或是帶長者出門變換環境，讓他們感受周遭環境。

答案參考來源：https://www.mmh.org.tw/taitam/neuro/index4_4.html

<https://www.royalnursinghome.com.tw/失智症照護/>



想上榜嗎?其實你只需要做到這件事

加入志光.保成.學儒

學費省很大 全年課程不間斷，一次繳清學費輔導至考取。 <small>(每年僅需繳交換證教材費)</small>	課程最完整 完整課程循環，基礎班→正規班→專題課程→總複習等，全部擁有。	上榜賺獎金 報名考取班第一年考取同職等考試，頒發獎學金。	學習最便利 輔導期間可依自己時間選擇面授或視訊學習，提高學習效率。
師資最多元 重點科目安排多元師資，雙循環教學，可旁聽加強弱科，強化上榜實力。	加選最超值 輔導期間加選其它科目增加考試機會，另享專案優惠。	榜單最實在 年年榜單見證，錄取人數最多，錄取率最高，奪榜實例全國第一。	公約有保障 考取班簽訂公約，保障您的權利與義務至考取為止。

文化行政X教育行政

那一年我們追的幸福 都在志光.保成.學儒

學長姐考取密技大公開

一年考取 黃○安 110高考文化行政 藉由補習班資源，讓我事半功倍 補習班不僅在面授課程穩紮穩打教授學生，也提供無數指導講座，像是專業科目解題講座、讀書計畫擬定、申論作答撰寫、作文公文應試技巧以及學長姐分享講座，對於新入門的初階考生來說，無疑是偌大的幫助。	全國狀元 雙料金榜 吳○書 110高考教育行政 全國第四 110普考教育行政 狀元 法科零基礎，也能抓到訣竅 補習班的老師真的都非常厲害！不僅上課內容生動有趣，重點知識講解也很清楚，使法科零基礎的我也能抓到訣竅，而且老師也會幫忙批改申論題並討論改進之處，使我能更加掌握作答要點。真的多虧了各位老師的教學！非常感謝！
--	---