

111 年公務人員高等考試三級考試試題

類 科：人事行政

科 目：心理學（包括諮商與輔導）

彭博老師

一、試說明行為主義、人本主義、認知學派對學習動機的解釋，並提出教師激發學生學習動機的方法。(25分)

【解題關鍵】

1.《考題難易》：★★★

2.《破題關鍵》：本題屬於教育心理學議題的範圍，第一題組需從三種學派對於引起學習動機的主要論點與其原則，加以重點申述，亦可舉許多三種學派不同學習原則輔以說明（譬如：類化、歸因解釋、自主歸屬感）；第二題組需就三種理論所延伸的重要提高學習動機策略，加以具體說明（三種學派皆要論及較佳），至少舉 5~6 點策略是拿高分基本要求。

【擬答】

(一)學習動機」對學習成效而言，是非常重要的事情，自律的學習動機，更是需要認知、情意與行動三方面的結合，方能讓學習動機發揮引導學習活動的驅力。而不同學習動機理論學派對於學習動機的形成，其意見、內涵與策略皆有所不同，由教育心理學的觀點區分，可從以下三個學派來看，分別是行為主義、認知主義、人本主義。

1. 行為取向的動機論(Behavioral Approaches to Motivation)：

依據行為主義的觀點，學習動機的解釋主要是採取「刺激-反應-增強」模式，藉由增強物，以建立刺激與反應的聯結關係，若增強物對此行為的增強具有一致性，就會形成某種方式的習慣或行為傾向(朱敬先，2000)。行為學派認為動機可由學習而來，亦即外在動機，因外在動機或酬賞而引發良好的行為；反之，也會為了避免被責備處罰，而不做某些行為。故學生要有良好的行為表現，可善用 增強原理、消弱原理等方式來建立孩子的行為規範，便能增強個體的外在行為，提升學習的外在動機，因此就行為主義的學習動機的觀點，即是學習刺激與學習反應之間的連結或者個體發生學習反應與反應後的增強與懲罰機制的連結，若能形成穩固而有效的連結，則學習行動越容易發生，因此行為主義主張的學習動機觀點為外鑠動機的論點。

2. 人本取向的動機論(Humanistic Approaches to Motivation)：

人本主義對動機的解釋，與行為主義背道而馳，它將動機視為人在成長發展中的內在動力，所秉持之學習不是外鑠而是人類內在潛能的歷程，故特別強調內在動機的重要性，為追求或創造需求滿足的動力，使自己更為成長。人本主義之父 Maslow 的需求層次理論，將人類需求分為二大類七個層次的需求，並認為 四項是屬於低層次需求，即所謂匱乏需求，後三項屬於高層次需求，又即成長需求。教學活動必須與學生的需求配合，以提升其動機層次，必須滿足低層次需求與高層次需求，學生才能被激勵向學，使學生安於學習甚至追求更高層次的需求。另外，羅傑斯以學生為中心的學習動機觀點，更主張應給予學生安全無威脅的學習環境，那麼學生在合宜的自我概念發展與鼓勵的環境下，自然會主動產生學習動機需求，而達到自行解決問題的能力。康布斯更主張學習必須考量學生對於學習任務與環境刺激的知覺解釋，當瞭解學生對於學習任務與成功的看法之後，才能瞭解學生是否形成學習動機的原因。

3. 認知取向的動機論(Cognitive Approaches to Motivation)：

學習動機認知論者對學習動機的看法主要是以滿足認知需求而抱持對於想學習事物的一種態度，是屬於內在動機。即學習動機是介於環境(刺激)與個人行為(反應)的中介歷程，是一種由對學習的看法而產生的知的需求(張春興，1996)。美國心理學家 McClelland(1964)的成就動機理論，認為個人的成就水準與抱負水準高低有關。Atkinson(1967)將動機分為「追求成功」與「避免失敗」兩種，認為應避免讓學生的學習

出現太多次的失敗，讓學生有追求成功之機會，才能建立其自信心。Weinner(1972)的歸因論，認為動機主要內涵是個人對學習成敗的歸因，個人歸因與否會影響下次行為表現，學習動機可歸因於三向度：包括內外、可控制與不可控制、穩定與不穩定三種層面，而又可以常見六種因素來解釋學生對於學習任務是否形成學習動機的原因，包括能力、努力、工作難度、運氣、身心狀況、其他因素等。譬如當學生常以努力，而非以能力來解釋考試失敗的原因，下次比較會有較高的學習動機傾向。另外，Covington、Dewack 及 Deci & Ryan 也多是認以認知歸因的方式，來解釋學習動機趨力的來源。

(二)培養學生學習動機，教師應適時地運用提高學習動機策略，以激勵學生培養良好的學習行為。基於上述學習動機理論，提出相對應的學習策略如下：

1. 善用獎懲制度與適度回饋

老師獎勵學生的方式有很多形式，例如：口頭的讚美讚賞、代幣制(加分卡、集點數)的運用、物質層面的獎勵(發獎品、獎狀)...等。獎勵制度由師生共同討論而達成共識，學生基於參與感與同儕力量，對獎勵制度便會有向心力，其效果亦較能持久，多運用次級增強物非連續增強方式，來延續學生的學習動機，甚至內化為個人內在的學習動機。不過處罰僅能消除負面行為，所以增強方式仍比懲罰為佳，尤其體罰只能讓學生在身體上受到「切膚之痛」，而且傷害學生自尊，所以以教育觀點而言，是不宜使用的方式。

2. 建立適切目標與正向歸因，及協助學生訂定合理又可達到的目標，對於負面歸因傾向的學習動機，可運用再歸因訓練方式，讓學生對學習任務與成功的理性觀點。

3. 學生的成就動機應與自己的實際能力和水平相符合，如果成就目標標準過高，超出了學生能力和水準，他們可能就會由於受挫而失去追求成功的信心，或產生逃避失敗的心理。

4. 教師協助學生設定學習之具體目標時，採漸進的過程，如操作制約的逐漸塑造或行為連鎖化的機制，一旦學生達到目標後，往往就會產生追求成功的自信心。之後，再將目標逐步提高，充分發揮目標的激勵作用，一步步將學生引向優異。

5. 尊重學生的學習自主與主動積極性，讓學生達成認知、情意、抑制、行動四層面的學習目標，產生完整有意義的學習目標，同時讓學生有安全無威脅支持的合作學習氛圍，知覺學生對於學習的觀點，讓學生能夠自律，尊重差異化學習觀點，讓學生自我潛能的達成發揮。

二、物質濫用者經常使用的毒品藥物大致可分為那幾大類？對於藥物濫用者的治療，有那些增加治療成功的因素？(25分)

【解題關鍵】

1. 《考題難易》：★★★

2. 《破題關鍵》：(1)需詳細說明藥物成癮的四大類別與相關常見的藥物名稱。(2)可從內在動機、自律與外在監控機制，來論述增加成功的機會與因素。拿高分者至少需敘述五至六點以上，同時須深入說明，不宜以簡答標題方式逕至回答而已。

【擬答】

(一)心理活動性藥物(psychotropic drugs; psychoactive substances)：是指任何一種能顯著改變正常心理歷程的藥，這些藥物會影響個體之神經系統，及引起心智、意識的改變。個體持續使用心理活動性藥物已達到干擾適應或到危險的程度，尤其持續性濫用藥物，更會有明顯的藥物耐藥性(需求藥量增加以達同樣效果)或停藥時出現戒斷症狀。由於耐藥性及心理依賴(心理迫切及渴望使用)。

一般常用物質濫用者常被濫用的毒品藥物，可分為以下四大類。

1. 鎮靜劑：抑制神經系統活動、降低焦慮，同時亦會影響持續性注意力功能，前額葉抑制功能變差。如：

(1)酒精

(2)巴比妥鹽(barbiturates)

2. 麻醉劑：減少疼痛，產生心理陶醉感及寧靜感覺。如：

- (1) 鴉片
- (2) 海洛因(heroin)
- (3) 嗎啡(morphine)
- (4) 可待因(codeine)

3. 興奮劑：刺激神經系統活動，作用於突觸後的藥理作用，能阻止或延遲興奮藥物神經傳導物質被回收，而產生持續警覺、興奮、快樂、短著提高注意力的功能。如：

- (1) 安非他命(amphetamine)
- (2) 古柯鹼(cocaine)
- (3) 尼古丁

4. 迷幻劑：突觸後的神經傳導物質能提高感覺感受性（包括視覺、聽覺、觸覺等），甚至產生幻覺現象，使用過多及時間過長，常有嚴重的大腦傷害及認知功能的損害，譬如判斷與記憶能力。常見的迷幻藥如：

- (1) LSD (lysergic acid diethylamide)、
- (2) 大麻(marihuana)
- (3) PCP (phencyclidine, 天使塵)

(二) 濫用藥物的決定因素可能包括以下各種因素，因此也可從以下因素增加治療成功機會。

1. 重視父母家庭管教及社會監督機制的影響：如果父母家人有濫用毒品的歷史，那麼兒女有可能在耳濡目染下學習毒品使用的方法與需求，另外家人與社會外在約束力，也是防止藥物濫用者再犯的關鍵，如何加強外在守門人監督教育的管道與途徑，也是能夠預防毒品再次濫用的機會。
2. 同伴關係聯繫及彰顯有伴關係領導性需求及彼此模仿的影響。因此，當斷絕與毒品濫用的同伴或藥友、或藥頭等提供藥物的管道，當有心理依賴發作時，較能阻絕其容易獲得藥物的機會，相對的可以延遲心理依賴所產生的毒品急迫性獲得的機會。
3. 以『接納』與『改變』雙重動力的心理治療方式，促進藥物濫用者戒癮內在動機：一般而言自控力較差及易受挫折傷害、復原力較差的個性，使用毒品藥物機率也越高。如邊緣性人格的疾患常因社會認知歸因扭曲、情緒辨識調適能力較差、痛苦挫折忍受度較差及人際關係不佳，所以較常有濫用藥物的可能性。同時如反社會人格與社會孤離，又容易接觸毒品情境等因素，當然就可能有濫用藥物的更多機會。所以辯證性行為治療、接納承諾治療、動機性晤談法等心理治療、正念認知心理治療，均可以讓藥物濫用者能有更多的成功戒癮機會。
4. 因為毒品濫用者成癮行為並非一朝一夕形成，所以想要以快速短暫達成心理與生理雙重借引的目標，通常不容易。因此，像海洛因等一級毒品，由於傷害性大與成癮性較強，所以有時須逐步以醫療方式活漸進性的改變其藥癮成癮問題，因此有美沙酮替代療法，以較低危害及成癮程度較少的藥物，來先取代海洛因的使用，然後再逐漸取代藥物的使用。
5. 強化藥物濫用的危害之相關資訊與教育，同時強力取締實體與網路藥物買賣的犯罪行為，加重販毒運毒者的罪刑，因為部分毒癮者因缺乏金錢買藥，也會淪於販毒犯罪的工具。因此以外在懲罰教化方式，也可阻止毒癮者惡性循環的宿命。

(三) 藥物濫用的預防與治療

1. 法律的限制
2. 教育—使用禁藥的後果
3. 治療藥物依賴：生物式療法、心理治療法、支持團體治療法

三、心理動力取向實務人員在進行人格衡鑑時，常用那兩種投射性人格測驗？請詳述之。(25分)

【解題關鍵】

1.《考題難易》：★★★★

2.《破題關鍵》：雖然大多考生對此兩種測驗名稱大多熟悉，但本題題旨是要詳細說明並解釋這兩種測驗的內容、施測方式與作答反應測驗分數解釋依據與意義，則較不容易。因為考生可能無法詳細說明清楚，因此，本題若能詳盡說明測驗目的、題目、施測方式、對象與作答反應，解釋越具體豐富，就越容易拿取高分。

【擬答】

心理動力取向的人格衡鑑或心理治療人員，在做個案概念化的過程中，常必須了解個案的心理特質與問題，尤其瞭解個案人格特質與生命風格，常是診斷心理問題或疾病的因素之一。由於心理動力取向的治療師或測驗人員，常常會探討人格潛意識層面的內容，因此具有社會期許性的結構性人格問卷或測驗工具，常無法達到此種功能，因此常會使用讓個案較無意識防衛性與作偽可能的投射性人格測驗。投射人格測驗是指向受測者提供一些意義比較含糊的刺激情境，讓他在不受限制的情境下，自由表現出他的反應，分析反應的結果，便可推斷他的人格結構。以下就常用兩種的投射性人格測驗內容加以詳細敘述。

(一)羅夏克墨跡測驗(RIBT)

由瑞士精神醫學家羅夏克于1921年設計。

結構:10張墨跡圖片，10張圖片都是對稱圖形，且毫無意義。五張彩色，五張黑白。其中5張是白底黑墨水，2張是白底及黑色或紅色的墨水，另外3張則是彩色的。受試者會被要求回答他們最初認為卡片看起來像什麼及後來覺得像什麼。心理學家再根據他們的回答及統計數據判斷受試者的人格還有狀態。

被試可以從不同角度看圖片，做出自由回答。主試記錄被試的語言反應，並注意其情緒表現和伴隨的動作。

施測：每次按順序給被試呈現一張，同時問被試："你看到了什麼?" "這可能是什麼東西?" 或"你想到了什麼?"等問題。主試者要記錄：

1. 反應的語句
2. 每張圖片出現到開始第一個反應所需的時間
3. 各反應之間較長的停頓時間

公職王歷屆試題(111 高考三級)

4.對每張圖片反應總共所需的時間

5.被試者的附帶動作和其它重要行為等

目的都是為了誘導出被試者的生活經驗、情感、個性傾向等心聲。被試者在不知不覺中便會暴露自己的真實心理，因為他在講述圖片上的故事時，已經把自己的心態投射入情境之中了。

(二)主體統覺測驗(Thematic Apperception Test, TAT)

美國心理學家 H.A.Murray 和 C.D.Morgen 1935 年編製。

結構：由 30 張模稜兩可的圖片和一張空白圖片組成。圖片內容多為人物，也有部分風景，但每張圖片都至少有一個物。

在使用此測驗時，實際上只由三十張圖片中選取二十張，包括一張空白的卡片；測驗時，每次給受試者一張圖片，要求其依自己的想像編造一個故事。雖然故事內容並未限制，但要受試者說出

1.圖中發生了什麼事？

2.為什麼會出現這種情境？

3.圖中的人物正在想什麼？

4.故事的結局會怎樣？

每張圖片的測量時間大概五分鐘左右。對空白圖片的施測，是要受試者想像卡片上有圖畫，描述他並編造一個故事。施測分兩個階段，在第一個階段中，使用十張圖片；在第二個階段中，使用的圖片要選擇比較新奇、引人注目或奇異的圖畫，並鼓勵受試者盡量自由想像。在解釋測驗的故事時，施測者必須找出誰是「英雄」，也就是反應受試者自己所認同的人物。然後按照莫瑞的「需求」和「壓力」列表來分析故事的內容，需求如成就、親和性和攻擊性等。

AT 的假設是：對每張卡片而言，受測者的反應若比一般反應更不尋常，表示該卡片對個體有顯著的意義。

TAT 雖然有相當多關於正常反應的常模資料，包括每張卡片如何被知覺、故事的發展、人物的角色、情緒性的音調、產生反應的速度、故事的長短等，可作為解釋個體反應的參考，但大多數臨床研究者仍依照他們過去使用該測驗所建的「主觀常模」來解釋。

參考資料：<https://pedia.cloud.edu.tw/Entry/Detail/?title=主題統覺測驗>

志光×保成×學儒
WinWay

四大學習面向

你要的輔考規劃，讓志光×保成×學儒來完備

全方位考取規劃

突破學習瓶頸

提供命題關鍵資訊，統整考試出題重點 短時間提升應考實力，快速上榜不是夢

基礎班

正規課前導讀課程，針對學科、法科等重點科目開課，厚實強化基礎，迅速進入狀況。

多循環正規班

· 同考科採多元師資教學可吸取多位名師菁華
· 同類科開立多循環課程可旁聽加強弱科

架構班

建立基本觀念架構，並運用架構整合教學，快速釐清各科完整脈絡。

考前總複習班

· 考前重要章節記憶，觀念統整強迫取分
· 補充最新時事法條，最後關鍵時刻，輕鬆掌握資訊



公職王歷屆試題(111 高考三級)

四、請試述下列名詞之意涵：(每小題 5 分，共 25 分)

- (一)馬斯洛的自我實現(Maslow：Self-actualization)
- (二)阿德勒的社會興趣(Adler：Social interest)
- (三)卡巴金的正念(Kabat-Zinn：Mindfulness)
- (四)巴伯的我/汝關係(Buber：I/Thou)
- (五)貝克的負面認知三元素(Beck：Negative cognitive triad)

【解題關鍵】

- 1.《考題難易》：★★★★
- 2.《破題關鍵》：考生對於本題比較陌生的可能是巴伯的我/汝關係(Buber：I/Thou)的題組，本題為教育哲學常見議題，在心理學較少直接出現，考生只要掌握我汝關係乃是建立在平等尊重接納共好的原則所建立的人際關係意涵，即可掌握題旨所需的答案。另外，卡巴金的正念(Kabat-Zinn：Mindfulness)本題組，只要將第五概念『正念』的含義敘說清楚(覺醒重視接納當下的情緒、感覺、想法，不做評斷)，或許也可列舉卡巴金主張練習正念的方式，應該也可拿高分。至於馬斯洛自我實現、阿德勒社會興趣與貝克負面認知三元素或認知三角，應該都是考生較熟悉的名詞與理論，只要正確敘述，皆可拿取高分。

【擬答】

- (一)馬斯洛的自我實現(Maslow：Self actualization)：馬斯洛認為每個人天生均具有自我實現的傾向，自我實現的人通常具有以下人格特性：對生命感到滿意、能發揮潛能又具有創造力等特質。同時依據馬斯洛的需求層級理論內容分別為：生理、安全感、愛與隸屬感需求、自尊需求、認知需求、美感需求、自我實現需求、較低層次的需求(如安全感)獲得基本滿足之後，也會嘗試追求滿足更高層次的需求(如自我實現)，對生命的滿意度也隨之提高。
- (二)阿德勒的社會興趣(Adler：Social interest)：阿德勒認為人需要歸屬感，當我們害怕不能被我們所重視的團體接納時，許多問題便接踵而來，因此歸屬感不足時，個體會產生焦慮。當個體知覺到自己是人類社會的一份子，個體在處理社會事務時的態度上是一種隸屬感和貢獻感，隨著社會興趣的培養，自卑與疏離會消失。阿德勒認為一個人是否心理健康的重要條件之一是觀看這個人的社會興趣發展為何。阿德勒亦主張個人生活風格，決定了我們與社會互動的行為模式，這四種生活風格與社會興趣如下說明：
 - 1.支配-統治型(dominant-ruling)這一類型的人傾向於支配和統治別人，缺乏社會意識，很少顧及別人的利益，他們追求優越的傾向特彥強烈，不惜利用或傷害別人以達到自己的目的。
 - 2.索取型(getting type)這種類型的人相對被動，很少努力去解決他們自己的問題，依賴別人照顧他們。所採取的社會互動模式，希望社會給予個人最大的協助，獲取最大的利益，但個人卻對社會付出顯得非常被動。
 - 3.迴避型(avoiding type)：這類型人不想面對生活中的問題，試圖通過迴避困難從而避免任何可能的失敗。常常是自我關注封閉的、幻想的，在自我幻想的世界裡感受到優越。
 - 4.社會利益型(social useful type)這類型人能面對生活，與別人合作，為人和社會服務，貢獻自己的力量，在上述四種生活風格與社會興趣中，前三種是適應不良或錯誤的，只有第四種才是適當的。
- (三)卡巴金的正念(Kabat-Zinn：Mindfulness)：喬·卡巴金(Jon Kabat Zinn)是將把東方正念 Mindfulness 帶到西方社會的最著名推動人物之一。他是麻省大學醫學榮譽教授(University of Massachusetts Medical School)，正念減壓課程 MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) 的創始人，他對於正念的意義，有五項觀點：
 - 1.你的內在整體是永恆存在的，可以隨時重新連接那個內在的整體，因為它的性質是永遠存在的，那才是我們真正的自己。」別讓過去負面經驗的事情與情緒，為當下的你做判斷。

2. 耐心是真正的美德:耐心是生活中每一個層面都能獲益的一種能力。耐心是一種自我控制的練習,於艱難時候應對生活,有能力以自身以外的角度看事情,並且能夠在有需要的時候承受批判。
 3. 消極情緒可以教我們認識自己,反之否認負面訊息或情緒或強型反抗,不是有智慧的辦法。發現負面情緒症狀時,應該能真實地聽取這些訊號,並連繫到我們的內心。
 4. 宇宙萬物唯一恆常的是變化。當急促地想捉緊事物或者試圖解決事情,往往是在直接對抗宇宙的力量。我們對抗並拒絕接受改變,可能引起焦慮或抑鬱等情緒。能夠承認變化,放棄對變幻的對象和景況的貪求,就能在生活中找到平和,快樂及滿足。
 5. 留心當下所發生的事情:正念代表維持清醒覺察的意思。這意味著你知道你當下在做什麼、在感覺什麼。」活在當下今刻(Living in the present moment)。正念本質上就是以不加價值判斷的方式來注意當下的時刻。關鍵是要擺脫個人對於那一刻發生的事情的想法和感受,從而成為一個中立的觀察者。
- (四)巴伯的我/汝關係(Buber: I/Thou):「我-汝」關係是以色列著名的宗教哲學家布柏(Martin Buber, 1878~1965)在其名著〔吾與汝〕(I and Thou; Ich und Du)一書中所提出來的原則。布柏認為「吾-它」(我-它)、「吾-汝」(我-你)是人與世界溝通的二種方式,兩者共同建構了人性的存在。「我-汝」關係是:「我」把「你」視為世界、視為生命,而不是為了滿足「我」個人的需要而與「你」建立關係。因此要以「我」的整個存在、也把「汝」視為獨立的存在主體,而非以我的立場或滿足我的需求而存在,因為我汝關係建立在互惠、平等、尊重、接納的角度所建立的關係。因為一個人無法透過物體的經驗進展到完整的自我階段,只有經由和另一個主體的人際關係,才能使人成為人。人與人之間的會合是布柏對話準則的中心,我需要另一個主體你,必須在面對另外一個主體你的時候,才能深切認識到真正的自我,擁有自我發展的機會。
- (五)貝克的負面認知三元素(Beck: Negative cognitive triad):指亞倫·貝克認知治療角度的三個關鍵要素。以貝克觀點,認為憂鬱症患者常有的認知扭曲問題有三面向,認知三角元素即指人們在三方面常有自動化、無法控制的負面消極扭曲想法:這三方面認知扭曲內涵也稱為認知三元素或負面認知三角(Negative cognitive triad)。包括
1. 自我(Self),例「我是毫無價值的」
 2. 對世界或環境(world or environment),如「沒有人會珍惜我」
 3. 未來(future),如「第三次世界戰爭必然到來,人類必然滅亡」。

志光保成學儒 **快速考取** 全方位智慧服務系統

線上.線下 給您 **最強大的支援**

問題解惑 **試題演練** **數位/在家補課系統**
實力分析 **即時資訊** 課程可重複觀看解決學習疑問

名師申論批改
授課名師批閱提升寫作能力

時事專題講座
最新修法時事彙整即時補充重點

筆記借閱
重點科目筆記借閱有效複習上課進度

落點分析
由上榜各科成績分析設定個人得分值

WIFI教室/自修教室
最舒暢的閱讀空間,亦可線上自助補課

手機APP系統
考情.開課.預約補課.試題輕鬆掌握

能力指標檢測系統
線上測驗同時診斷你章節強弱

線上模擬考 平時測驗
定期檢視學習成效修正學習方向

線上考前重點下載
考前大補帖,重點一點通

歷屆試題.解題典藏
最完整各類國考試題及解題題庫

國考加分學習資訊網
最新考情.時事精闢分析,即時加分

YouTube 公職王影音頻道
考題剖析、考前重點等加值內容線上看