

112 年特種考試地方政府公務人員考試試題

等別：四等考試

類科：教育行政

科目：心理學概要

思澤老師

一、請就記憶處理 (memory process) 三個歷程來說明何謂記憶 (memory)？依照記憶處理訊息本質上的差異，可將記憶的種類分為那三種？請各舉一個例子說明之。請列舉日常生活中，如何牢記課本內容之三個記憶增進的方法？(25 分)

《考題難易》★★

《破題關鍵》由 Atkinson & Shiffrin (1968) 記憶三元論針對記憶的結構和歷程進行說明，並提出有助於學習和記憶的策略。

《使用學說》Atkinson & Shiffrin (1968) 記憶三元論

【擬答】

(一)Atkinson & Shiffrin (1968) 記憶三元論

1. 歷程

(1)編碼 (Encoding)：這是將接收到的信息轉化為可以儲存的形式的過程。例如，當你讀一本書時，你的大腦將所讀的文字轉化為內部代碼。

(2)儲存 (Storage)：編碼後的信息需要被存儲起來以便日後使用。這個過程涉及維持信息在大腦中的狀態。例如，記住某個人的名字。

(3)提取 (Retrieval)：當需要使用記憶時，儲存的信息會被提取出來。例如，在考試時回憶學過的知識。

2. 結構

(1)感覺記憶 (VSTM)

外界訊息主要以物理特徵為編碼型態，儲存的時間是約為 2 秒，在經過很短的時間後，記憶將開始衰退且只有少部分的訊息會被注意到後進入短期記憶。

(2)短期記憶 (STM)

外界訊息一旦被注意後，訊息會轉成語音編碼，且這些編碼是可以作為執行決策以及解決問題的基礎，編碼內容大約保留 20 秒後就會衰退，儲存的量(記憶廣度)約為 7 ± 2 items，可以透過「覆誦」或使用其他方式(精緻性推敲)來防止衰退，使訊息進入長期記憶當中。

(3)長期記憶 (LTM)

外界訊息透過短期記憶的覆誦，訊息轉成語意的編碼型態，儲存容量是無限的，保留時間可以是很久(目前研究結果發現可以儲存長達 25 年以上)。

(二)生活上有助於記憶的三個方法

1. PQ4R

Thomas & Robinson (1972) 所提出的 PQ4R 讀書法～有六個作法分別是：Preview，略讀整個段落與重點字，知道這個段落大概在說什麼，可讓受試對整個段落加以組織；Question，在還沒唸這一章之前，先問自己一些有關此章的問題，在唸書時即可試著找答案，問題可由段落標題轉換而來，可引發讀書興趣；Read，唸書時試著回答問題，用自己的話將段落重點作簡單筆記，不要記太繁複的細節，在入碼階段對學習材料多作推敲(elaboration)，筆記可作為複習之；Reflect，自己想例證或和自己已知的知識作聯結；Recite，看完一章節後，回憶章節概要，回答原先問題可以用筆記作為提取線索，不記得的部分再重複閱讀；Review，整章看完後，複習大概內容，聯結章節間關係，思考整體架構。

2. 擴大組塊化

Miller (1956) 提出組塊 (chunking) 來描述項目容量變大的歷程，例如：要求受試記一連串英文字～NHDEGIFNRT，結果受試只能記得 7 個左右的字母，但若將字母整理一下，

成為組塊，例如：FRIEND NIGHT，那就可以記得住，因為只有二個項目。

3.精緻性覆誦

Rundus (1977) 的研究，利用參與者進行維持性覆誦的方式，機械性的重複說出實驗刺激，結果發現無助於參與者的記憶表現。

例如：大家還記得國中歷史教的「八國聯軍」是哪八國嗎？假若你一直機械性的覆誦，英、義、俄、奧、日、美、德、法，你會發現很難記，但是你若改成「餓的話每日熬一鷹」，你會發現很快就可以背起來，因此越精緻的覆誦，將使其記憶越明顯也越好，那何謂越精緻的覆誦？與過去的知識或記憶內容做關聯性聯想，這樣效果會很好。

二、情緒 (emotions) 的本質和三大特性是什麼？有那些大腦機制參與在情緒的感受與表達？自主神經系統在情緒引發的生理反應上扮演什麼角色？(25 分)

《考題難易》★★★★★

《破題關鍵》由情緒議題切入討論，並結合情緒的生物基礎，即可回應題幹要求

《使用學說》情緒議題相關論述

【擬答】

(一)情緒的本質和特性

情緒是當個體受到外在或內在刺激時，所造成自覺的心理失衡狀態，在此狀態下個體除了有主觀的感受外，也將伴隨著生理變化及情緒反應。當個體對情境賦予不同意義時，其情緒的表達也有所不同。例如：同學稱讚你的髮型很好看，當你對此稱讚的解讀是認為同學在諷刺你，則你可能會做出不善意的回應；或是你認為同學是真心稱讚你，則你可能會做出微笑善意的回應。

情緒本身包含了不同成分及複雜的運作，而這些成分沒有一項本身即是情緒，而是所有情緒的成分整合後，才會產生某一項特定的情緒，而且情緒成分是彼此間相互影響的。

情緒涉及的成份：包含認知評估 (Cognitive Appraisal)，指人們對當前情境狀態的個人意義的評估；主觀經驗 (Subjective Experience)，個體私下感受的情緒所帶來的情感狀態和感受；思想與行動傾向 (Thought And Action Tendencies)，個體以特定的方式行動或一種思想上的衝動；個體的生理反應，特別涉及了自主神經系統 (autonomic nervous system, ANS)；臉部表情，個體臉部特定肌肉以特定的活動方式來表達情緒；情緒反應 (Responses to Emotion)，指個體調節、反應或對因應本身的情緒或針對引發情緒所表現的反應。

上述的六個部分都跟人類最終的情緒感受及行為有關，因此情緒的定義並不容易界定，像是結構主義的 Wundt 曾經試圖利用內省法，對於人類情緒進行研究，卻發現所有人的情緒經驗都不盡相同，到最後不得不放棄，但是情緒對人行為影響深遠，直到近幾年，情緒研究的主題才有更多心理學家投入，其中有一些學者對於情緒定義爭論不休，也有一些研究者轉向特定情緒對行為影響，例如：Damasio (1994) 觀察到前額葉受傷的病人顯現出情緒與決策的困擾，因而提出情緒能幫助人們做理性選擇的看法，簡稱為 SMH (somatic marker hypothesis，軀體標記假說)。而前額葉受傷的病人在面臨之前經歷過的情境時，則因缺乏能回想過去經驗且快速反應行為後果的情緒機制，以致於當他們面臨衝突選項時，得花很長的時間做分析，還未必能做出最有利的選擇。

(二)情緒相關的生理基礎

1. Davidson 主要研究方向是著重在情緒與情緒異常的大腦神經基礎，他利用 EEG、PET、fMRI 等生理測量儀器，針對成人與小孩的大腦進行測量。在 1992 年他利用 EEG 技術，發現人類大腦前額葉皮質會調節杏仁核的反應，而大腦右前額葉是負責負向情緒，左前額葉是負責正向情緒，後續研究也發現，憂鬱症患者的右前額葉激發程度比一般人來得高，後來對於服用 SSRIs 類藥物無效的憂鬱症患者，找到另一種替代療法，就是利用生理新技術～TMS 來暫時阻斷右前額葉的運作。

2. LeDoux 是一名神經科學家，研究方向主要是恐懼與焦慮，透過古典恐懼制約為基礎，瞭解情緒記憶背後的神經基礎，他發現我們的大腦對於不同的情緒，是由不同神經途徑，進行傳送及處理訊息，分別是與生存相關的情緒 (例如：喜怒哀樂) 是由大腦的杏仁核直接反應形成；與生存較無關的情緒 (例如：寂寞、難過) 則是由杏仁核傳至大腦皮質處理後，

才形成。這樣相關的研究結果，有助於我們對於創傷後壓力症候群的成因，瞭解更多。

(三)自主神經系統

由分佈於心肌、平滑肌和腺體等內臟器官的運動神經元所組成。因為它的作用不受大腦控制，故稱為「自主」。其主要的功能是控制心跳、平滑肌收縮及腺體分泌來維持身體的恆定狀態，常與人類情緒有高度關連性。

1. 交感神經系統 (Sympathetic System)

個體緊張而警覺時發生作用，主興奮。交感神經系統能促使脈搏加快、胃腸蠕動變慢、刺激肝醣釋出、瞳孔放大、膀胱舒張、抑制唾液的分泌、分泌腎上腺。此外，它能使個體在危急狀態時，加強應變能力；而精神壓力或心理緊張能影響交感神經系統，並引起過度反應。在能量代謝方面，它傾向於促進能量的消耗。

2. 副交感神經系統 (Parasympathetic System)

個體放鬆時產生作用，主抑制。副交感神經系統能促使心搏變慢、胃腸蠕動加快、分泌膽汁、瞳孔縮小、膀胱收縮、水狀唾液的分泌增加、對腎臟不發生作用。在維持生理狀態恆定，副交感神經系統相當重要；在能量代謝方面，它傾向促進能量儲存。

志光×學儒×保成

十大貼心服務

學習無後顧之憂

線上課業諮詢

老師申論批閱

上榜生經驗親授

時事專題講座

LINE@班導服務

班導師制度

雙師資雙循環

多元補課方式

歷屆試題練習

線上平時測驗

學習多元

充分練題

學習無憂

詳細規劃請洽全國各班門市

三、何謂一個人的人格 (personality)？心理學家通常用那四種主要取向來研究人格？請說明以人格特質來探討人格取向，有那三大理論及其各別內容為何？(25 分)

《考題難易》★★★★★

《破題關鍵》由人格心理學的基本概念出發，再引入特質論學者的相關論述

《使用學說》人格心理學、特質論

【擬答】

(一)人格的界定和內涵

性格，即為個體在適應環境上，所表現的思考類型與反應傾向上的個別差異。而性格心理學便是在研究個體對於其生活歷程及外在環境適應時所顯現出的獨特個性，可以藉由遺傳、環境、成熟、學習等因素交互作用下，表現在動機、興趣、能力、性向……等多方面，其形成的人格具有統整性、持久性、複雜性與獨特性。

在影響人格有那些遺傳的因素，例如：氣質 (temperament)，指孩童早期表現出來，是一種先天的情緒與行為傾向。例如：Kagan 觀察小孩子面對新情境 (像是陌生人) 時，所表現的害怕跟恐懼行為，就是一種氣質表現。

影響人格的環境因素有那一些？像是新近發展的文化心理學，經過 Markus 等人研究發現，人類的心理受到文化型塑，而文化由心理創建，例如：Nisbett 等人的研究，發現亞洲文化比較重視個人對團體的貢獻，而不是個人主義或個人的所得。

性格不僅僅受到文化因素影響，還有特定的社會階級，也會形塑性格。例如：有一些研究者發現社經地位與居住地區，也會影響了個體的認知與情緒發展，甚至有些相關的臨床疾患也有其關連性。

(二)人格相關研究取向

1. 觀察法

(1) 評定量表法

透過分類、數字、圖形等三種評定量表方式來瞭解受評者對特定測驗問題的看法，像是 Likert 五點量表就是一種數字的評定量表方式。

(2) 檢核記錄表

對觀察受評者的行為表現是否出現或是頻率進行記錄，像是商業中招募員工時，會考慮採用本方法。

(3) 軼事記錄法

僅將觀察到受評者的有意義行為作語言描述，作為瞭解受評者的重要參考資料。

觀察法因為是觀察者主觀評定受評者的表現，常常會出現評量偏誤，像是寬大誤差~傾向給高分；嚴格誤差~傾向給低分；趨中誤差~傾向中間分數；月暈效應~以貌取人；混淆或邏輯誤差~評量過程受到其他因素影響，產生評量偏差。

2. 自陳量表法

(1) 意義

透過一些刺激或問題的呈現，由受試者依自己的感受、思考、意見或行為進行作答。此種方式假定受測者有意願且有能力依據自身狀況來回答測驗問題。

(2) 編制方式

① 內容效度法~直接選出可以測量到所預測量特質的題目，又稱為內容法、直觀法。最典型的例子就是 Woodworth Personal Data Sheet (WWPDS)。此量表目的是要淘汰情緒不穩定的士兵。因此題目內容是人皆熟知的情緒失調徵狀。另一個典型測驗則是孟氏行為困擾調查表 (Mooney Problem Checklist)。目的在發現學生的困擾問題以作為討論或諮商使用。

② 實徵效標法~可以有效區分開不同團體的題目，例如：明尼蘇答多項人格量表 (MMPI) 或是加州心理測驗 (CPI)

③ 因素分析法~透過受測者作答的結果進行統計分析找尋共同因素，比如賽思通性格量表 (Thurstone Temperament Schedule)、Cattell 的 16 因素人格量表等。

④ 人格理論法~依據人格理論編制出來的測驗，比如愛得華斯個人興趣量表 (Edwards Personal Preference Schedule, EPPS) 和人格研究量表 (Personality Research Form, PRF)。EPPS 跟 PRF 都是引用 Murray (1938) 所提出人格需求理論。EPPS 最大特點是採用自比分數 (Ipsative score) 的自比性測驗 (Ipsative Test)。所謂自比性測驗是指自比性測驗是一種經特殊設計的心理測驗，同時測量數種相互關聯的變項，可得不同變項的數種分數，但其相加的總分是固定的，彼此之間的分數有互為消長的關係。如〔愛德華斯個人偏好量表〕(Edwards personal preference schedule, EPPS)，作答採強迫選擇式，共有十五項心理需求分數，合計二百一十分，測驗結果顯示不同的分數組型。因此該測驗的施測結果只適於作個人內各變項相對強弱之分析，而不適於作個體間某變項分數之比較。而 PRF 在題目的選擇和設計上都比 EPPS 進步，並特別重視每個量表題目的獨立性。以得到高同質性的量表。PRF 的目的在測量大學生的性格特質以供研究。

3. 實驗法

(1) 定義：實驗法是在控制不相干的變項的情況下，針對受試者 (subjects)，操弄獨變項 (independent variable)，並由受試者的反應觀察依變項 (dependent variable) 有何變化。實驗法想要了解的是：當實驗者操弄 A 變項時，B 變項是否會隨之變化？

(2)重要名詞與概念說明：

①獨變項 (independent variable)：

在實驗過程中，研究者試圖操弄的變項；倘若兩變項間有因果關係，則獨變項可以視為「因」。

②依變項 (dependent variable)：

在實驗過程中，研究者試圖測量的變項；倘若兩變項間有因果關係，則依變項可以視為「果」。

③控制變項 (control variable)：

在實驗過程中，研究者試圖控制與研究問題不相干變項，以防干擾到獨變項與依變項之間的關係。

④操作型定義 (operational definition)：

根據可觀察或可操作的特徵來界定某種觀念或事物時，稱之為操作型定義。操作型定義是基於概念型定義 (conceptual definition) 發展而來。

⑤實驗組與控制組 (experimental group and control group)：

實驗組是接受獨變項操弄的一組；控制組是沒有接受獨變項操弄的一組。

⑥隨機分派 (random assignment)：

意指每位受試者被分派到實驗組或控制組，其機會是均等的(就像擲銅板來決定似的)。隨機分派目的，在使實驗中，不同組別的受試者在接受獨變項之前，都能有相似的性質。

⑦操弄查證 (manipulation check)：

操弄查證用來探討獨變項操弄的效果；用以查驗實驗者操弄獨變項所希望造成的效果，和受試者所知覺到的效果，是否是一致的。

4.投射測驗

(1)聯想技術

提供模糊的刺激，要求受測者將看到刺激後，內心浮現的第一個想法和感受表達出來，像是羅夏克墨漬測驗和字詞聯想測驗。

1921 年瑞士心理學家羅夏克 (H. Rorschach) 所發展，他用同一系列的十張卡片，每張卡片上展示著略為複雜的墨漬圖，並要求受試者反應出墨漬圖所帶給他們的特別印象，在解釋反應方面，著重於反應或知覺形成的方式、反應原因及反應內容。例如：經常要求指導反應的受試者可能被解釋成依賴性強，受試者緊張、問一些瑣碎問題且翻過去看卡片的背面，則可能被解釋為多疑且有妄想症。

(2)完成技術

提供不完整的刺激，要求受測者將刺激填補完成，例如：語句完成測驗。

(3)編造技術

讓受測者看過圖片後或是施測者直接要求，編造出一些故事或創造一些東西，通常是故事或是圖畫，然後根據試測者反應的內容進行分析，例如：主題統覺測驗或是逆境圖畫測驗。

美國心理學家莫瑞 (H. Murray) 和摩根 (C. Morgan) 於 1935 年所發展出，共有 31 張卡片，圖片中有一個至二個人置身於某些重要的生活情境，某些卡片只能給特定性別受測者施測，其測試的方式要求受試者針對圖片上的情境，編輯故事，包含發生了什麼事、其中人物的想法與感受、導致此場景發生的原因，以及結果會如何，而這個故事可能反映出受試者自己的問題 (Murray, 1938)。

(4)表現技術

和前一項的技術非常想似，主要是差別在編造技術重受測者反應分析之結果，表現技術則關心受測者形成反應的過程，像是畫人測驗、角色扮演。

(三)特質論

1. 五大人格特質理論 (Big Five Personality Traits)：這個理論將人格分為五個基本維度——開放性 (Openness)、盡責性 (Conscientiousness)、外向性 (Extraversion)、親和性 (Agreeableness) 和神經質 (Neuroticism)。每個維度代表一系列相關的人格特質。

2. 艾森克的人格理論 (Eysenck's Personality Theory)：艾森克認為人格可以通過三個主要維度來描述——外向性 (Extraversion) 與內向性 (Introversion)、神經質 (Neuroticism) 和精神質 (Psychoticism)。這些維度被認為是由遺傳因素主導的。
3. 卡特爾的 16 因素理論 (Cattell's 16 Personality Factor Theory)：卡特爾通過因素分析發現了 16 個基本的人格特質因素，認為這些因素能夠全面描述一個人的人格。

四、心理治療 (psychotherapy) 有那些基本特色和總體目標？有誰可以從事心理治療工作？在眾多心理治療學派當中，人本心理學或稱現象學 (humanistic psychology or phenomenology) 派典有那四大基本假設？其中羅傑斯 (Carl Rogers) 所主張的以案主為中心的治療 (client-centered therapy)，強調心理治療師應該具備那三大特質？(25 分)

《考題難易》★★★

《破題關鍵》從心理治療角度出發，說明人本論的基本假設，再引入 Rogers 的案主中心療法相關概念即可

《使用學說》諮輔理論與技術、案主中心療法

【擬答】

(一) 心理治療的基本特色和總體目標

1. 基本特色：

- (1) 結構化對話：與治療師的專業對話，旨在探索和解決心理問題。
- (2) 治療關係：建立在信任和保密基礎上的治療師與案主之間的關係。
- (3) 目標導向：旨在幫助個體克服心理障礙，提升生活質量。
- (4) 理論和技術：根據不同的治療理論，應用多樣的技術和方法。

2. 總體目標：

- (1) 提高自我認識：幫助個體更好地理解自己的情感、思想和行為。
- (2) 行為和情感調節：學習管理情感和改變不健康的行為模式。
- (3) 解決心理問題：對抗焦慮、抑鬱等心理疾病。
- (4) 提升人際關係和生活質量：改善與他人的關係和整體生活滿意度。

(二) 諮商和臨床師的資格

1. 臨床師資格

中華民國國民具有公立或立案之私立大學、獨立學院或符合教育部採認規定之國外大學、獨立學院臨床心理所、系、組或相關心理研究所主修臨床心理，並經實習至少一年成績及格，得有碩士以上學位者，得應臨床心理師考試。

2. 諮商師資格

中華民國國民具有公立或立案之私立大學、獨立學院或符合教育部採認規定之國外大學、獨立學院諮商心理所、系、組或相關心理研究所主修諮商心理，並經實習至少一年成績及格，得有碩士以上學位者，得應諮商心理師考試。

(三) 人本心理學或現象學派的四大基本假設

1. 以個案中心：認為每個人都是獨立的個體，具有自己獨特的感受和經歷，因此個案與治療師間是平等且合作的關係。
2. 主觀經驗：強調理解個體的主觀經驗和感受。
3. 自我實現：認為每個人都有實現自我的潛能。
4. 全人關注：關注個體的整體經驗，而非單一的心理問題。

(四) Rogers 的案主中心療法認為心理治療師需具備哪三大特質

1. 正確的同理：能夠理解和感受案主的經驗，從案主的視角看世界。
2. 無條件的正向關注：對案主持一種無條件的接受和尊重的態度，不加評判。
3. 真誠一致：在治療過程中保持真誠和真實性，不隱藏自己的感受或態度。

志光×學儒×保成

不怕沒機會練題
更不怕傻傻白練題

高普考 平時測驗

海量 試題

蒐羅各大公職、國營及特考試題
資料庫，不怕不夠練

範圍 自選

考試、題數、科目自由挑選搭配
，想怎麼練就怎麼練

彈性 便利

手機在手就可練題，隨時隨地提
升實力不受限



考取生激推
立即掃描體驗



志光×學儒×保成

高普考

能力指標檢測

數據診斷，揪出弱點

數據分析 客觀精準

測驗答題後，系統立即
為考生分析答題狀況，
雷達圖呈現，強科弱科
一目了然，立即掌握學
習狀況。

掌握自身程度與 出題趨勢

分析歷屆考題出題領域
比重，依據分析出題，
依實際考試設計、限時
測驗，不同於坊間考古
題測驗，立即掌握自身
程度。

深層實力剖析 有效選擇學習工具

測驗結束後，除大方向
數據外，亦可預約專人
面對面分析，深層了解
細部弱點，有利後續衝
刺精省時間，學習更有
效率。

敬請期待 即將開放