

112 年特種考試地方政府公務人員考試試題

等 別：三等考試

類 科：財經廉政

科 目：心理學

一、人類的情緒包含著認知評估、生理反應、表情反應、行為衝動及主觀經驗等多種成分。請問何謂認知評估 (cognitive appraisal)？當個體對刺激進行何種認知評估時，將會引發正向或負向的情緒經驗？又個體如何經由認知再評估 (cognitive reappraisal) 來轉換情緒，進行情緒調節？(25 分)

1. 【考題難易】：★★★★

2. 【破題關鍵】：本題主要從情緒基本議題角度出發，採 Lazarus & Folkman(1984)壓力因應的認知評估模式為例說明，並且進一步說明認知評估、認知在評估等因素如何進行情緒調節
《使用學說》：Lazarus & Folkman(1984)壓力因應的認知評估模式

【擬答】

(一)情緒產生～以 Lazarus & Folkman(1984)壓力因應的認知評估模式為例

受到斯辛二氏理論啟發，Lazarus 和 Folkman 於 1984 年提出的「認知評估理論」，為理解壓力和應對機制提供了一個重要的框架。這個理論強調影響個體經歷壓力的心理過程，以下羅列四點要義：

1. 壓力的雙向過程：根據 Lazarus 的觀點，壓力是一個雙向過程。它涉及環境產生壓力源和個體對這些壓力源的反應。這表明壓力不僅僅關於施加壓力的外部因素，還涉及個體如何感知和反應這些因素。
2. 需求與應對資源間的不平衡：該理論認為，壓力被視為個體所面臨的需求與其應對資源之間的不平衡。這一觀點強調，壓力的經歷在不同個體之間有顯著差異，這主要取決於他們如何解釋一個事件以及管理隨之而來的一系列行動和反應。
3. 對壓力源的認知評估和解釋：在這個理論中，認知評估是一個關鍵元素，被定義為個體對生活中壓力源的反應和解釋方式。這個過程涉及評估與環境的特定遭遇是無關緊要的、良性正面的還是壓力性的，然後評估一個人的應對能力和資源是否足以應對這些遭遇帶來的傷害、威脅或挑戰。
4. 壓力和應對理論的基礎：認知評估模型為研究壓力和應對提供了基本框架，使得能夠形成並測試關於壓力過程及其與身心健康關係的假設。它整合了二十年的心理壓力研究和思考，建立在認知評估和應對的主題上。

總結而言，Lazarus 和 Folkman 的模型專注於評估壓力源並根據個體感知和可用的應對資源來確定反應。它強調壓力經驗高度主觀，取決於個體對情況以及他們管理情況的能力的評估。

(二)認知評估 (cognitive appraisal)

在斯辛二氏理論中是情緒產生的一個關鍵因素，涉及個體對於其所遭遇事件的評估和解釋。這一過程通常分為兩階段：

1. 主要評估 (Primary Appraisal)：這是判斷事件對個體的意義和重要性的階段。個體會評估事件是正向的、負向的，或是中性的。如果事件被評估為有威脅、損失或挑戰，通常會引發負面情緒；相反地，如果事件被看作是有益、有利或是滿足需求的，則可能引發正面情緒。

2. 次要評估 (Secondary Appraisal)：這是評估個體對事件的應對能力和資源的階段。如果個體認為自己有足夠的資源來應對挑戰或威脅，可能會感到更有自信和積極；如果感到無力應對，則可能會感到焦慮或沮喪。

(三) 認知再評估 (cognitive reappraisal)

是一種情緒調節策略，指的是改變對事件的詮釋或看法，從而影響情緒反應。例如，一個人可能最初將某事件視為威脅，感到害怕或擔憂，但經過重新評估後，可能會認識到事件也有正面的一面或自己能夠有效應對，從而減少負面情緒或產生正面情緒。這種策略可以幫助個體更有效地管理和調節情緒，對心理健康有益。

二、一個人往往會推論他人或自己行為背後的原因，這就是所謂的歸因 (attribution) 歷程。請問人類在對他人或自己的行為進行歸因時，經常出現的基本歸因謬誤 (fundamental attribution error) 為何？又如何避免此謬誤的發生？(25 分)

1. 【考題難易】：★★

2. 【破題關鍵】：本題可以從 Heider(1958) 首先提及素樸心理學中提及歸因是一種本能，但是如同人的知覺會產生錯覺一般，歸因也會出現歸因偏誤，其中最具代表性的就是 Ross(1977) 所提及基本歸因偏誤，再提如何避開基本歸因偏誤。

《使用學說》：Heider(1958) 歸因、Ross(1977) 基本歸因偏誤

【擬答】

(一) 歸因

由 Heider 於 1958 年提出，指人對別人或自己所表現的行為，就其主觀的感受與經驗對該行為發生原因予以解釋的心理歷程。其中對行為的歸因方式可以進一步區分成外在 (情境) 歸因與內在 (性格) 歸因，相關論述啟發了後續許多研究歸因的學者論述。

(二) 基本歸因偏誤

Ross(1977) 所提出的概念，人在歸因他人行為成因時，會受到個人凸顯性的影響，高估行為成因是由性格特質所影響，低估情境因素，例如：有鄰居搭電梯到二樓，你會認為她懶惰，而忽略她可能是身體不適所導致。

(三) 如何避開基本歸因偏誤

要避免基本歸因謬誤，可以採取以下策略：

1. 增強情境意識：當評估他人行為時，積極考慮外部情境和環境因素。例如，如果某人的行為看似不理智或不合常理，試著思考是否有外部壓力或特殊情況影響了他們的行為。
2. 自我反思：意識到自己也可能會犯這樣的錯誤，並在作出歸因時保持自我反思和批判性思考。這包括質疑自己的第一印象和直覺反應，並尋求更多信息。
3. 角色扮演和同理心：嘗試從他人的角度看待事情，這有助於更好地理解他人的行為和動機。這種同理心可以減少對個人特質的過度強調。
4. 學習和教育：透過教育和培訓，增進對人類行為複雜性的理解。了解心理學原理，特別是有關人類行為的社會心理學理論，有助於更公正和全面地評估他人。

通過這些策略，可以逐步降低基本歸因謬誤的影響，進而對他人的行為進行更準確和全面的理解。

保成×學儒×志光
法律廉政/財經廉政/法制

考取生唯一推薦

優異考取 雙料金榜	六個月考取
林○衡 高考財經廉政狀元/普考財經廉政探花 面授班跟老師可以時常互動，把問題釐清；年度班有課表可以遵循方便安排進度；聽庫班老師主要帶申論題，在考前能加深印象，且講義的編排也方便複習。很慶幸我有報面授班，老師都很親切地回答我問題，而且都很樂意批改我們的申論題，這真的是面授班才有的好處。	倪○倫 高考財經廉政 因參加過幾場講座從中受益不少，且身邊不少同學、學長姊都很推薦師資以及錄影補課環境。師資大部分皆為第一線老師！並推薦公務員法書籍，這本書寫得很棒！幾乎概括了公務員法所有爭點，也整理了歷屆試題。排版很整齊，有圖表幫助了解觀念，淺顯易懂！
優異考取	優異考取
楊○任 高考法律廉政 保證班的好處是可以確保自己掌握最新考情資訊或修法動向，身邊的教材也都是最新的，讓我可以安心備考，而且第二年以後可以視自己需求上課，當作複習之用；行政法有雙師資我覺得幫助很大，兩位老師的課各上過一輪後，我覺得基礎有打得比較穩。	郭○豪 高考法制 推薦民法老師上課幽默風趣，針對各個重要法條都會解析要件，並從中點出爭議以及與其他條文的關係，在總複習班時，老師除了提及傳統爭點外，也會介紹新進的實務見解，並針對學說的批判一起講解；老師也會補充新進的文章，也可讓考生吸收新知，真心推薦。

三、近來常於報章雜誌中看到關於幸福感的報導，如：國民幸福指數等，而提升全體人民幸福感也成為教育及政府施政的重要目標之一。關於幸福感有很多不同的定義，其中塞利格曼（Seligman）提出的「積極富能（Flourish）」概念，將積極富能視為整體性、結構化的幸福感黃金標準。請問依「積極富能」的觀點，擁有那五個向度特徵的人才是最積極富能的幸福者？（25 分）

1. 【考題難易】：★★★★
2. 【破題關鍵】：本題從正向心理學的角度出發，再以 Seligman(2012)心盛一書說明 PERMA 等五大元素，說明如何追求幸福感
- 《使用學說》：正向心理學、Seligman（2012）心盛一書

【擬答】

(一)正向心理學

正向心理學起源 1950 年 Donald O. Clifton 正向心理學之父提出：「要是能開始研究人哪裡對了，是不是一個更重要的議題。」在此之後心理學家欲擺脫過往以「缺陷心理學」與「醫學模式」的角度；並在 1990 年代正向心理學正式崛起，情意教育開始受到重視。

Seligman & Csikszentmihalyi（2000）等學者提出「正向心理學」（positive psychology），採用科學驗證方法，目的在於幫助個人找到內在的心理能量因應困境；在 2006 年，哈佛大學首次開設正向心理學課程。

正向心理學的意義包含了一種信念、往好的方向想、相信自己具有潛能、積極的心態、運用長處與美德，其內涵在於：強調樂觀，有助於個人產生正向經驗；強調正向情緒，有助於預防效果、身心健康；強調正向意義，早期正向生命經驗會對未來產生影響；強調內在動機：歸屬感、勝任感、主動感。

目前對於正向心理學相關研究議題包含了：幸福感，持續性的正面力量，對生活的整體滿意感；心流（FLOW），最佳的體驗（optimal experience）；復原力（resilience），能抗拒困境而恢復正常適應的能力；發展性的資產，擁有越多的發展性資產，其正向健康發展的可能性越高。

心理學家 Sonja Lyubomirsky 在幾經研究之後，提出八點具體可行的做法：心存感激、時時行善、品嚐樂趣、感謝貴人、學習諒解、珍惜親友、照顧身體、因應難關。

(二) PERMA

Seligman (2012) 在他的「積極富能 (Flourish)」概念中提出了五個關鍵的幸福感維度，這些維度共同構成了一個全面的幸福和幸福感框架。這五個維度被稱為「PERMA」模型，每個字母代表一個特定的元素：

1. 正面情緒 (Positive Emotions)：這指的是經常經歷正面情緒和愉悅感，如快樂、感激、滿足等。正面情緒有助於擴展個體的思考和行動範圍，並有助於建立持久的個人資源。
2. 投入 (Engagement)：指的是在活動中完全沉浸和參與的狀態，常常與「心流」經驗相關。當人們在做他們喜歡和擅長的事情時，會經歷這種狀態。
3. 關係 (Relationships)：穩固而正面的人際關係對幸福至關重要。支持、愛和被愛，以及社交互動，都是幸福感的重要來源。
4. 意義 (Meaning)：意義是指個人認為自己的生活有目的和意義。這涉及到屬於某個比個體自身更大的事物——無論是宗教信仰、社會服務、家庭、工作還是其他形式。
5. 成就 (Accomplishment)：這是指對目標的追求和實現，無論這些目標是個人的還是職業的。成就感來自於設定並達成目標，無論這些成就是大是小。

擁有這些元素的人通常被視為是「最積極富能的幸福者」，因為他們的生活在多個層面上都是豐富和滿足的。塞利格曼的理論強調了追求全面幸福的重要性，而不僅僅是短暫的快樂或滿足感。

四、人格障礙的特徵是長期適應不良的行為模式，導致人際及工作功能的障礙。比起其他心理疾病，人格障礙的診斷較為困難。人格障礙中最典型的為「反社會人格」及「邊緣性人格」障礙。請舉例說明這兩類障礙患者的主要特徵及表現為何？(25 分)

1. 【考題難易】：★★★★

2. 【破題關鍵】：依據 DSM 5 手冊對於人格違常提出 A、B、C 三型，其中題幹中呈現的人格違常類型，是較常被提及屬於 B 型人格違常，可以從病徵進行說明。

《使用學說》：DSM 5 人格違常

【擬答】

(一)人格違常

會出現長期僵化、適應障礙的人格傾向，包含了多種不符合社會期待行為及內在經驗上長期、固著的脫序狀況；脫序行為會出現在認知、情緒、人際關係與衝動控制等項目中。

人格疾患的診斷歸類在 DSM-IV-TR 中的第二軸 (axis II)，而患者經常合併有第一軸的障礙症狀，換句話說，不同的人格障礙會以不同的因應方式引發第一軸的疾病產生，例如診斷出符合第一軸焦慮症、第二軸屬強迫型人格疾患的病患，會以要求完美且控制慾強的方式表現焦慮。故在臨床診斷上處理第一軸障礙時需考慮到人格特徵的內涵。

DSM-IV-TR 將數種不同的人格障礙症狀分為三個族群：A 群（古怪/偏離常態型為）、B 群（戲劇化/不穩定行為）、C 群（焦慮/畏懼行為）。

DSM 5 和 DSM 5-tr 版本，對人格違常進行小幅度修改，並分成研究和臨床版，進行說明。

(二) ASPD 及成因

反社會人格障礙的主要特徵是一種長期的無視和侵犯他人權利的行為模式。這些行為通常在 18 歲之前就開始顯現，並以不負責任和違法行為為特點。具體表現可能包括：

1. 缺乏良心和罪疚感：這些人可能對其行為的後果或對他人造成的傷害缺乏關心。
2. 衝動性和攻擊性：他們可能會表現出衝動、攻擊行為，並經常參與高風險活動。
3. 欺騙和操縱：為了個人利益，他們可能會欺騙、操縱或利用他人。
4. 缺乏責任感：反社會人格的人可能在職業和家庭責任方面表現出不負責任的行為。
5. 對社會規範和法律的無視：他們經常無視社會規範，可能涉及犯罪行為。

通常早期就已經有相關的行為發生，但是在 15 歲之前，我們會稱為品行疾患，假若相關行為一直持續到 18 歲以後，才會被診斷為反社會人格。

反社會人格疾患成因，從生物觀點來看，同卵雙生子其一有反社會人格特徵者，另一位同患率為 50%；研究指出衝動性與攻擊性均血清素含量低有關；研究發現反社會人格與一般人在腦部額葉的結構、功能有所差異，而腦部異常的原因，可能是來自於嬰幼兒時受到醫藥、疾病與毒素的污染。

具有反社會人格特徵的兒童，其父母通常都未涉入孩子的日常生活，且未監管孩子的行為或生活作息，然而一旦與孩子互動時，常表現出敵意或肢體暴力、譏嘲。以上描述未必與這些兒童的所有父母吻合，但是父母對孩子表現出的忽視與敵意確為兒童具有發展成為反社會人格的良好指標。

(三) BPD 及成因

邊緣性人格障礙的主要特徵是情緒的不穩定性和不穩定的人際關係。具體表現可能包括：

1. 情感波動和極端反應：這些人可能會經歷劇烈的情感波動和極端的情緒反應。
2. 不穩定的人際關係：他們在人際關係中可能會表現出極端的理想化和貶低行為。
3. 恐懼被拋棄：邊緣性人格障礙的人可能會極度恐懼被親近的人拋棄，即使這種拋棄是無根據的。
4. 自我形象的問題：他們可能會有自我形象、性別認同和長期目標方面的不穩定性。
5. 自傷行為：在壓力下，他們可能會表現出自殘或自殺威脅等行為。
6. 慢性空虛感：經常感覺到空虛和孤獨是邊緣性人格障礙的一個常見特徵。

邊緣型人格疾患成因，心理分析論者對邊緣型人格提出了較為完整的解釋，說明患者當他們對抗衝突時，仍依賴原始的防衛機制～否定作用，個體拒絕承認事實並加以否定。由於邊緣型人格早年與其照顧者的關係不良，在童年時期在被虐待與被疼愛間不斷改變而產生對人不信任感，他們對自我及他人的觀點發展的非常不健全，會以「全好」或「全壞」來看待他人。

全方位智能學習系統

保成×學儒×志光 虛實整合 引你入勝

POINT 學習助手最智能 關鍵服務 勝在起跑點 配合學習階段與模式 規劃最符合需求的服務

便利操作實力精進 · 手機APP系統 · 課業諮詢 · 申論批閱

學習檢視時事補充 · 線上模擬考平時測驗 · 歷屆試題 · 國考加分學習資訊網 · 能力指標檢測

依各區規劃為主，請洽全國門市