

《心理學（包括諮商與輔導）》

試題評析	本次命題散佈在認知、發展、動機與諮商理論等領域。第一題遺忘理論，若同學已掌握理論之原理，則不難套用在題目中的範例。第二題中的關鍵期是過去的經典考題，相對其他較為精細的兩個子題，應較容易得分。第三題自我應驗預言，在講義與課堂上皆以配合案例仔細說明，認真準備的同學應當十拿九穩。最後一題案主中心治療，在去年的高普考人事行政皆出現過，並也叮嚀大家要注意，惟在具體的輔導流程上，同學可能因缺乏實務經驗而作答困難。整體而言，本次考題難度適中，六十分以上是合理標準。
考點命中	《高點心理學講義》第二章，張宏偉編撰，頁33~34。 《高點心理學講義》張宏偉編撰，第一章，頁9；第十一章，頁37~38。 《高點心理學講義》第四章，張宏偉編撰，頁11 《高點心理學講義》第九章，張宏偉編撰，頁45~46。

一、試根據遺忘理論說明影響下列實例的遺忘原因或現象。

- (一) 某一公務人員在某天早上連續上了三個小時有關「認知心理學」的課，下午又接著上了三小時有關「行為改變技術」的課，可是在當天回家前主管問他今天上了什麼課時，他發現早上上過的課幾乎沒有什麼記憶。(10分)
- (二) 某一交通警察每天早上八點都會看見一位盛裝女士從他前面路過，日子久了也會彼此點頭打招呼。有一天該名交警在菜市場碰到同一位改穿居家服的女士，女士向他打招呼，可是這位交警先生卻怎麼也想不起那裡見過這名女士。(10分)

答：

- (一) 本題可採用遺忘的「干擾論」來解釋。干擾論指出，遺忘是由於新舊學習材料彼此干擾，使記憶的運作受到抑制。此種干擾發生在記憶的「提取」階段，使訊息無法被順利提取，而愈相似的訊息愈會引發干擾。此題所述之案例是為「後向干擾」，亦即新的學習材料（行為改變技術課）干擾對舊經驗（認知心理學課）的回憶，使得該名公務人員對上午的課不復記憶。由於上午與下午兩門課皆屬心理學，學習時若能夠交替不同性質的學習材料，較能避免該遺忘情形的發生。
- (二) 本題可採用「線索關聯遺忘論」來解釋。該理論指出，一個人回想不出某種訊息，是因為缺乏良好的提取線索而提取失敗。編碼時若有同時收錄的訊息互為線索，且此線索在提取時也存在，會使提取效果最佳。此稱之為「編碼特定原則」。此題所述之案例涉及「情境依賴式記憶」，編碼和回憶時，環境若一致，記憶表現較佳。由於缺乏原來記憶編碼特徵的檢索引引，造成檢索引引所產生的遺忘稱作「線索關聯遺忘」，若能提示當時的情境或狀態特徵，個體可能就會找回當時的記憶。

二、最近兩個月來社會事件層出不窮，論者以為多數案件當事人的背景多與其在兒童成長期的親子關係有關。試說明下列三種兒童身心健康發展的現象或理論，並進一步說明其對兒童未來身心發展的可能影響。

- (一) 關鍵期 (critical period) (10分)
- (二) 阿德勒 (Adler) 在個體心理學 (Individual Psychology) 中所強調的「不適當的親子互動模式」 (Disabling form of parenting) (10分)
- (三) 威信型父母 (10分)

答：

- (一) 關鍵期是指個體成長中某一時期，其成熟度恰好適合某種身體器官、心理特徵或某種行為的發展，在關鍵期內若有良好的環境，得到適當的刺激與發展機會，將可促進正常的發展；反之，若錯失學習機會，則會出現發展障礙，不易建立該功能或行為。在兒童道德發展的階段中，若無建立良好的道德判斷與行為標準，則難以內省與自律，最終造成人格或行為的偏差。

- (二)阿德勒重視早年家庭生活經驗對人格的影響，小孩的偏差行為是爲了取得存在的價值感與歸屬感。由於無法獲得父母的肯定，而缺乏信心與勇氣，若父母一再採用責罵式的管教方式，日漸形成惡性循環，讓小孩採用反抗、報復或自我放棄的偏差行為來應對。反之，若父母採用信任、尊重與鼓勵的教育方式，則能夠幫助孩子以建設性的方法取得自我價值感與自尊，有勇氣克服生活的困境。
- (三)威信型父母是發展心理學家Baumrind提出的四種父母類型之一，意指在子女心目中建立父母的威信，但以身作則且有彈性，以合情合理而非獨裁專斷的作法指導子女，使子女能瞭解父母的要求是出於「愛護」，有可依循的行為標準與價值觀，也能感受到父母的關愛和家庭溫暖。由於此類型父母能及時回應子女心理發展的各種需求，故其子女長大後較能表現出友善、合作、自律、上進等正面特質與行為。

三、某些人的優秀表現或偏差行為的形成常與自驗預言（self-fulfilling prophecy）（又稱自我預期的應驗）有關。試申其義，並舉一例說明之。（20分）

答：

自我應驗預言是指個人對自己或他人的心理期望，會影響個人或他人的知覺與對應行為，而導致預先的期望在個人或他人往後的行為中應驗。換言之，初始的預期會影響互動的過程而造成符合預期的結果。

造成此預言效應之解釋如下：

(一)預言自己

首先，預期會影響行為「動機」。以學習為例，若認為某學科過於困難，無論自己如何努力都無法取得好成績，則不願投入心力準備，結果自然不好。其次，預期會引導「注意的焦點」。若預期該學科過於困難，會將心思的焦點置於負面訊息上，例如只是注意還有多少內容沒讀完，有多少試題無法解答等。

(二)預言他人

以教師期望為例，教師會在學生入學時，就依據他們的背景、名聲、外貌、第一堂課的表現、考試成績等對其形成印象。接下來，教師會改變自己的行為與該印象一致。如果最初的印象是好的，老師會給予學生較多的讚美、注意力、具挑戰性的作業和較佳的回饋。相對的，學生也會調整其行為，如果老師給予正向的反應，學生也會變得有活力、勤奮和成功；如果是負向的反應，學生也許會失去興趣和信心。高期望學生將達高成就水準，低期望學生將達低成就水準；循環於是完成，老師最初的期待獲得驗證。

四、人本心理學家羅傑斯（C. Rogers）創立了知名的當事人中心治療理論（Client-Centered Therapy）。

(一)試依據Rogers的觀點說明這個理論的要義與架構。（15分）

(二)面對一位憤世嫉俗的大學生，如何應用這個理論去輔導他。（15分）

答：

(一)Rogers創立的當事人中心治療理論，強調治療的重點不在協助當事人解決問題或做立即性的改變；而是協助、催化或激發當事人更具有現實知覺、相信自己、自我導向、正面評價自己、較少壓抑自己的感受和經驗、表現成熟且具適應性的行為，並且統合現實我與理想我，最後達到功能充分發揮的自我實現目標。

案主中心治療重視治療者的態度、個人特質、治療關係，超越治療理論知識與技術，治療者的真誠一致、無條件的積極關懷，以及同理瞭解等三種特質可以促進案主的進步，案主與治療者的關係是平等，不將個案看成病患，而當作求助者，治療者遵守「非指導」原則，只提供一個接納而安全的談話氣氛，讓個案與真實的自我接觸，不提供任何忠告，也不對個案行為、情緒或任何陳述做任何解釋，案主必須負起改變的主要責任，可以決定要如何改變，也有能力改變自己。

(二)Rogers認為，一個人的「自我不和諧」是影響心理健康的重要因素，此種自我概念的衝突來自以下兩種情況：

- 1.理想我（我想成為甚麼樣子？）與真實我（我現在是甚麼樣子？）不一致。
- 2.在有條件積極關注下所得的評價性經驗，與自己的直接性經驗不一致時。

以题目的個案為例，可以鼓勵他說出理想我與真實我的差距，對於現況的擔憂與害怕，並創造一種自由與安全的氛圍，讓他探索自我概念中具有威脅性的部分。在傾訴的同時，個案能感受到諮商師對他的關心與信任，從漸進的自我覺察中了解自己，聽到自己內在的聲音，增進信心與自我肯定，進而相信能夠自主決

定，不依賴他人的評價，解決自身的困難，發展出嶄新的生活態度與方式。

高點 · 高上

【版權所有，重製必究！】