

警察人員心理困擾成因排行榜之研究

A study on the causes rank psychological distress of police

壹、前言

根據內政部警政署統計，至 2004 年 3 月底止，全國警察人員罹患或疑似精神異常者 156 人，心理適應困難而有異常癥候者 81 人，合計 237 人，官方初步分析可能發病原因中，工作困擾或適應不良者佔 36%，車禍或外力致腦傷者佔 14.8%，感情挫折者佔 13%，家族遺傳者佔 7.6%，過度驚嚇者佔 7.6%，家庭變故者佔 5%，其他為原因不明者(內政部警政署，2004)。另就近 10 年來警察人員自殺人數觀察，自 1993 年 1 月起至 2003 年 12 月止，警察人員自殺身亡者共 121 人，根據自殺現場及事後調查結果分析，自殺原因以家庭困擾居多，其餘依次為債務困擾、健康因素、工作適應、感情困擾、精神異常等原因(內政部警政署，2003)。由此顯見，各種因素造成員警心理困擾，如未獲得有效的紓解，有可能進一步深化，導致精神異常，也有可能一時想不開，引發自殺的事件，殊值重視。更重要的，警察工作性質特殊且項目繁雜，如陷於心理困擾狀態，無法解決，不但影響工作，更會帶給社會不安。

過去國內學者對警察自殺問題之研究，文獻相當豐富(張平吾，1992；胡淑媛，1992；劉安真，1992；陳婷婷，1995；蔡素玲，1997；孫敏華，1997；林錦坤，1999)。近年來，對警察困擾問題之探討，也相當的多(楊國展，1995；張明永、蘇美卿，1999；闕可欣，1999；周勵志，2001)。但對警察心理困擾問題之研究，卻付諸闕如。本文爰拋磚引玉，初探員警心理困擾的成因，以建立警察學術第一份心理困擾的文獻。

貳、心理困擾、精神疾病與幸福感之差異

一、心理困擾與精神疾病之差異

心理困擾與精神疾病(mental illness)有所區別，心理困擾與精神疾病雖有一些關聯，但因其不涉及反社會(antisocial)、偏執狂(paranoid)、因老年或濫用藥物而引發之思維障礙、心情極端起伏(extreme mood swings)、酒精成癮、吸食迷幻藥物而產生之心神恍

惚(hallucinations)或錯覺(delusion)等人格違常的問題。因此，心理困擾的範圍雖然甚廣，且部分心理困擾與上述症狀有部分關聯，但也只有少部分極端心理困擾的人，才會有上述精神疾病症狀(Mirowsky and Ross,1989)。

或許有人質疑，如果心理困擾不算精神疾病，為何要研究警察人員的心理困擾呢？研究警察人員心理困擾有下列三個主要原因：

- 一、心理困擾不解決，痛苦仍是痛苦的(misery is still miserable)：雖然心理困擾是警察人員對緊張情況的一種正常反應，而不是一種疾病的症狀，但心理困擾對警察人員而言，如不解決，他仍舊處於一種痛苦的狀態。
- 二、心理困擾含有社會成本的問題：警察人員有心理困擾，社會就需付出成本，有些社會成本很明顯，例如警察人員如有整晚睡不著覺的困擾，白天自然會精神不濟，無法專心執勤或平靜的與他人相處。也有些社會成本不是很明顯，例如，很多有心理困擾的警察人員，常因背部酸痛、腹痛、頭痛等問題尋求醫療服務，卻始終診斷不出病因。
- 三、心理困擾症狀在醫療系統下，常因誤診而產生問題：例如，警察人員有背痛、腹痛、頭痛和其他身體不適的情形時，因病狀明顯，醫生容易診斷，但警察人員如有心理困擾而就醫，往往卻找不到病因。Locke and Gardner(1969)及 Hiday(1980)研究發現，在所有因心理困擾而初診的病患中，至少有 20%的人，是因為出現了心理引發的不適(physiological malaise)癥兆，但在身體上卻找不出病因(no detectable physical cause)。由於相同的症狀可能起因於重大的醫學疾病，醫生必須記錄病歷，並為病人作身體檢查，之後，再作診斷分析。由於病癥不明顯，醫生有時也會對病人的病情作出錯誤的判斷，造成醫療錯誤，因此，對有心理困擾而尋求醫療系統照顧的警察人員而言，實在是一件又貴、又危險而又沒有效率的事。

二、心理困擾與幸福感的關係

心理困擾與幸福感(well-being)是一個相對的概念，詞意的兩極，簡言之，「幸福的感覺愈多，心理的困擾就愈少」，反之，心理困擾愈多，就代表愈不幸福(Mirowsky and Ross,1989)。大體說來，幸福就是

享受生命，感到快樂，並對未來充滿希望，如同無憂無慮的人一般，如果缺乏這些正面而積極的感覺，便與憂鬱或焦慮有關。從幸福快樂與滿足的那端，思考到憂鬱和焦慮這端，這樣的思考方法，是很有用的。

幸福感與心理困擾位於同一情緒面向 (dimension)的相反兩極，這原本是顯而易見的事，惟有些研究人員卻指出，正面和負面的影響，應是二種不同的面向，不能簡約為同一情緒面向的相反兩極。Braddburn(1969)認為，幸福感和心理困擾如果是兩極的概念，在測量二者的負相關時，其相關值應完全落於-1.0 之間，但事實卻不然，運用不同的測量方法，多次測量幸福感與心理困擾的結果，兩者之間所預估的相關值，均在-.50 和接近 0 之間來回變動(Ross and Mirowsky, 1984a)，這樣的相關值，似乎說明幸福感和心理困擾的情緒概念，部分是獨立的。

有學者認為，有兩種原因可以解釋幸福感和困擾是單一情緒面向的相反兩極，但其負相關值為何未落在-1.0 上。第一，受到隨機測量錯誤的影響(random measurement error)。測量幸福感與心理困擾時，發生的隨機錯誤會降低兩者的明顯相關值，不過，還是有可能預估隨機錯誤的比例，修正後，再預估彼此的關聯，學者預估正確的相關值大約是-.70(Ross and Mirowsky,1984b)；第二，因為有些人較不善於表達自己的情感。表達力(expressiveness)的差異，橫切(crosscut)了情緒的差異，意即，一個人的心情愈糟，就愈不會覺得自己幸福，其所陳述的心理困擾，相對的也就愈多，但表達力愈差，也就愈不能陳述幸福感和心理困擾的感覺。依據 Mirowsky 及 Ross(1989)估計，在自陳的心理困擾報告中，表達力的差異，說明了 30%隨機差異的問題，情緒的差異，則說明了另外的 70%。

表達力的差異，是很容易被考量的問題，而部分的調查研究卻顯示，這些差異對研究結果沒有多大的影響(Ross and Mirowsky,1984b；Gove et al.,1976)。例如，整體而言，女性的表達力優於男性，但不能據以解釋女性所陳述的高度焦慮和心理困擾的情形，因為女性也會自陳：自己雖然很少在享受生命，但對未來也是充滿希望和快樂的，而且感覺自己與他人一樣的好(Ross and Mirowsky,1984)。在表達力裡，其他社會人口統計學上的差異，並沒有像性別間的差異一樣的明顯，也無法說明困擾的社會形態，因為幸福感和心理困擾是情緒的相反兩極，兩者有相反的社會人口統計形式。隨著教育程度和收入的增加、

結婚、及經濟能力的提升，幸福的感覺就會增加，心理困擾就會減少。

與其他的研究者相比，值得注意的有 Campbell, Converse 和 Rodgers(1976)等人的研究，渠不認為滿意是幸福感的一部分。幸福感和心理困擾是一個面相的兩極(poles)；滿意和不满則是另一個面相的兩極。滿意象徵著抱負和成就，相對於辭職和成就，都會帶來同等的省思，反之，心理困擾常來自於損失。不满則來自於與個人期望相關的損失。雖然心理困擾和不满可能常常搭配出現，但兩者不相配的例子，對社會學的理论來說，才是最重要的。例如，接受教育能增加平均的收入，也因此才有機會使用更多的金錢，因此，接受較高教育的人，就增加了幸福感和滿意度，但在同等收入的人口中，較高教育程度的人，如其收入如與教育程度較低的人一樣的話，反而會降低了其個人的滿意度(Mirowsky,1987)。因此，提高期望會隨著既定的成就水準(a given level of achievement)，而有降低滿意度的傾向，然而，也在同一個時間提高了幸福的感覺。

參、警察人員心理困擾的基本形態與影響

一、警察人員心理困擾的基本形態

心理困擾(psychological distress)是一種主觀上的不愉快狀態，主要有二種形態(Mirowsky and Ross,1989)，第一種是憂鬱(depression)，例如：感覺哀傷、孤寂、絕望、無用、悲泣、希望死了算了、睡不著、士氣低落、覺得每一件事都很費力、覺得每一件事都做不好等。第二種是焦慮(anxiety)，例如：感覺緊張、不安、擔憂、易怒、害怕等。憂鬱與焦慮各有二種主要成分：情緒不佳(mood)與身體不適(malaise)(Mirowsky and Ross,1989)。情緒不佳是一種負面的感覺，如因哀傷而憂鬱，或因擔憂而焦慮。身體不適是一種身體的狀況，如因憂鬱而無精打采(listlessness)或心神渙散(distraction)、或因焦慮而身體功能失調(如頭痛、胃痛、暈眩)或不安。憂鬱與焦慮現象經常一起出現，一個人發生其中的一種現象時，另一個現象也會伴隨發生。憂鬱和焦慮是高度相關的，會感到憂鬱的人，也會感到焦慮。因為這個原因，研究人員常常把這兩種症狀合在一起探討，而不會刻意作區分。此外，除非研究者對身體疾病、傷害或住院治療影響心理困擾的方式有興趣，

否則情緒不佳和身體不適的要素，通常也不需分類。謹以下表 3.1.1 簡要說明憂鬱與焦慮的癥候，及心情不佳與身體不適的現象 (Mirowsky and Ross,1989)。

表 3.1.1 心理困擾的形態

	憂鬱	焦慮
情緒狀況	<ul style="list-style-type: none"> • 失意 • 精神萎靡不振 • 哀傷 • 孤寂 • 感覺人生註定失敗 • 感覺常被事情綁住 • 希望死了算了 	<ul style="list-style-type: none"> • 焦急 • 易怒 • 害怕 • 緊張 • 擔憂
身體狀況	<ul style="list-style-type: none"> • 沒有胃口 • 無法專心 • 記性不好 • 睡不著 • 覺得每一件事都很費力 • 覺得每一件事都作不好 • 很少說話 	<ul style="list-style-type: none"> • 心跳加速 • 呼吸急促 • 虛弱暈眩 • 冒冷汗 • 手不停的發抖 • 全身發熱

(Mirowsky and Ross,1989)

有關引起心理困擾特性之研究頗多。1960 年代早期出版的社會調查，已進行了初步的探討 (Gurin, Veroff, and Feld, 1960 ; Srole et al., 1962 ; Leighton et al., 1963)。1970 年代早期出版的研究則發現並證實了下列四種心理困擾的基礎型態：(1) 女性比男性容易感到心理困擾。(2) 已婚者較單身者較不易感到心理困擾。(3) 不愉快的生活經驗與心理困擾有關聯。(4) 在收入、教育水準和職業方面都比別人高一等的人，比較不會感到心理困擾 (Dohrenwend and Dohrenwend, 1969 ; Myers, Lindenthal, and Pepper, 1971 ; Warheit, Holzer, and Schwab, 1973)。雖然，大部分的研究在 1970 年代晚期之後湧進，嘗試證實心理困擾的型態及其精確成因或關聯，但成效不佳。研究者也解釋了其他的心理困擾型態，如黑人比白人容易感到心理困擾的原

因，係因黑人的收入、教育水平、工作職務、居家環境較差，而失業率也較高的關係(Mirowsky and Ross,1989)。

二、憂鬱的意義與發生率

「憂鬱」(depression)一詞具有許多不同的意義，它既可以是一個描述情緒的字眼，也可以是表示生理或心理病理的症狀(physiological or psychopathological symptom)、症候群(syndrome)，或疾病的名稱(葉英昆、文榮光、胡海國，1979)。它可以表現在情緒方面，呈現出悲傷、沮喪、落寞寡歡.....等；在認知方面，顯得自貶、自責、沒有希望、罪惡感、反覆出現的想死、想自殺、希望自己死掉的念頭；在行為與動作方面，則表現出激躁(agitation)及動作遲緩(retardation)，對日常活動失去興趣，性慾降低，常覺疲勞.....等症狀。一般而言，當困擾事件來臨或離去後，倘若當事人感覺到自己的表現不如預期，或因事件而有所損失，其將感到憂鬱。通常，憂鬱的現象都算輕微，當事人至多感覺到「空虛」、「失落」、「羞恥」、「懊惱」等，嚴重時，即出現憂鬱症狀(陳俊欽，2003)。憂鬱情緒是當前美國社會中最普遍的心理健康問題，也是反應社會困擾的重要心理衛生指標(胡幼慧，1995)。

憂鬱情緒可從輕度、中度到明顯精神病態的重度程度，多數人都有輕度憂鬱情緒的經驗，如悲觀、沈悶、生活缺乏情趣、做事無精打采等，縱使正常人也會遇到情緒低潮時刻，因此，短暫憂鬱情緒並非病態。重度憂鬱情緒者，通常行為異於常人，不僅在心理上陷入悲傷、絕望、厭世、自責以及思想錯亂的地步，而且在生理上也出現食慾不振、頭痛、心悸、兩眼無神、嘴角下陷等徵狀(李引玉，1992；饒雅萍，1996)。當憂鬱情緒較嚴重時，個人會有較多負向想法，雖當事者努力抑制其負向想法，也只能有短暫的成功，由於想法與情緒的聯結，使得憂鬱情緒者經驗到不想要的想法所干擾(黃子恩，1992)。

其實，憂鬱是每一個人一生之中或多或少都有的經驗，它是對於存在的危險、失敗、挫折、失望與對現代生活中的失落，所表現出來的一種正常且短暫的反應，它可以持續幾小時、幾天、甚或幾星期。不過，對於大部分的人來說，它是暫時的現象，個體雖會感到不愉快，但不會對日常功能產生影響，但對少部分的人而言，憂鬱會使人衰弱，甚至會對生命有所威脅，這種情況正與日俱增(Hammen,1991)。尤其，有相當多的研究顯示，憂鬱與自殺有密切的關係。因此，對警

察人員憂鬱現象的探討，實為刻不容緩的課題。

根據世界衛生組織的統計，全世界約有 3% 的人罹患各式各樣的憂鬱症，亦即全世界的憂鬱症患者高達一億多人(葉英昆、文榮光與胡海國，1979)。另外，Shopsin 與 Water(1980)的研究指出，美國約有 15%-30% 的成人，在其一生之中的某階段，均會發生憂鬱狀態，它通常是在個人正值年輕力壯或生產力充沛的時候發生。張天鈞(2003)則認為，18 歲以上的美國人，每年約有 10% 罹患憂鬱症，女性為男性的 2 至 3 倍，即使罹患相同的疾病，例如心肌梗塞，在六個月內，有憂鬱症的人，死亡率為沒有憂鬱症的人 5 倍。另根據 Boyd 與 Weissman(1985)的回顧性報導，大約 8-12% 之男性，20-26% 之女性曾罹患憂鬱症，而其罹患年齡以 20 至 40 歲最多。依照外國社區流行病學調查結果顯示，95% 的自殺者患有憂鬱症，憂鬱症患者中，約有 10% 會採取自殺行動，而自殺的成功率約在 15-20% 之間(陳清芳，2003)。另外，在國內方面，根據民國 79 年與民國 80 年的生命統計資料顯示，自殺是 15 至 24 歲青少年的第一或第二大死因，僅次於意外事件(劉安真，1992)。

胡海國等人(1988)調查台灣地區 18 歲以上的成年人罹患憂鬱症的情況發現，重憂鬱症在都市、城鎮、鄉村地區的終身盛行率分別為 8.8/1000、16.8/1000 和 9.7/1000，輕鬱症則分別是 9.2/1000、15.1/1000 和 9.4/1000(于文正，1990)，由此結果看來，國內憂鬱症的流行率較國外低。不過，此結果可能是中國人一向不喜歡向他人吐露或討論自己的感情，且憂鬱症的主要症狀，與中國社會自古以來「癩」的概念不合，因此，若因憂鬱情緒而有求助於精神醫療的行為，常不易在流行病學調查報告中顯現出來(趙順文，1990)。又根據一項社區調查的結果顯示，在一般人口中，經常出現的憂鬱、頭痛、煩躁等現象者，男性約為 7%，女性約為 11%，其中只有 26% 的患者會尋求精神科醫師診療(臺大醫院精神科，1987)。由此可知，由於種種不利於流行病學調查的因素，將使上述流行病學所呈現的憂鬱盛行率調查數據，比實際患有憂鬱情緒的比率，明顯偏低。在臨床上，往往可從憂鬱患者(尤其是急性發作患者或憂鬱性精神官能症者)的過去歷史發現到，患者的病症直接的或間接的與生活困擾有關(林憲，1982)。然而，生活困擾與情緒反映的關係，又受到個人認知歷程(Beck,1967; Gong-Guy and Hammen,1980; Hammen and Cochran,1981; Lazarus,1966)與社會支持(Andrews,Tennant,Hewson and Vaillant, 1978; Holanhan and

Moos,1981)等中介變項的影響。

有關警察憂鬱情緒的研究，一般學者甚少涉獵。張錦麗(1998)的研究顯示，缺乏親友支持及親密關係失調的警察人員，易有憂鬱情緒傾向，有較高憂鬱情緒的警察，採用較負向逃避式的策略因應困擾，不太能面對問題，而有良好社會支持的警察，在因應困擾方面，採取負向逃避與理性面對並用。陳石定(1993)也指出，警察工作困擾源影響所及，包括生理、心理方面，甚至有毀敗作用，當困擾達到承受極限，深遠的影響馬上出現，若未及時處理，可能擴張成慢性憂鬱情緒。

三、焦慮的意義與發生率

焦慮是一種很平常的心理狀態，是每個人在日常生活中，時時會感受到的一種心理感受。除了心理感受外，在焦慮狀態下，連帶有一種生理學上的警覺狀態。每個人在面對日常種種事情，都會以一種警覺的狀態，提高警覺，特別專注，用心思考，注意力特別提高，心跳加速，呼吸速度增加，肌肉張度增高，以增加解決問題的效率。在精神醫生門診的病患中，有三分之一左右的患者，會抱怨精神不集中、呼吸不舒服、心跳快、肌肉酸痛、失眠等不舒服的症狀。患者甚至常有腸胃不舒服、拉肚子、便秘、手腳發麻、多夢、常常上廁所小便等身體不舒服的症狀(胡海國，2002)。容易煩惱是焦慮患者共同的現象，而且煩惱的事，盡是日常生活的芝麻小事。此外，容易敏感，也是患者共同的經驗，對任何小事，反應強烈，容易緊張，不容易放輕鬆，看不慣別人，對同事發脾氣，甚至暴跳如雷。

臨床經驗上，不少憂鬱患者都有泛焦慮症的特質。泛焦慮症，是一種經常、持續、浮動性的擔心與焦慮，這種患者對日常生活種種事情容易擔心、想得很多，並且都想不好的事。尤其一些不必要擔心的小事，常因擔心而有眉頭深鎖、肌肉緊繃、膚色蒼白、手腳出汗、心悸、失眠或頭痛等症狀，在現代社會裏，無論在基層或精神科門診，都是最普遍的疾病，而在台灣社區居民流行病學的研究裏，也是最普遍，盛行率最高的輕型精神疾病(湯華盛、葉英坤，2003)。

焦慮是對生命體的一種保護性情緒，正常的時候，人都有一定程度的焦慮，但焦慮太強了，沒辦法控制，雖然沒有困擾事件存在，

但身體卻繼續焦慮，此時，焦慮就變成病態，人會感覺「不安」、「無法放鬆」、「預期有事要發生」、「不耐煩的等待」、「坐立難安」等(陳俊欽，2003)。焦慮常伴隨者許多生理上的反應，例如急促的心跳、快速而不規則的呼吸、暈眩等。此外，一個人也可能陳述出自己的恐懼感覺、對大難臨頭的模糊預期、或更清晰的一種害怕，例如害怕自己會失去控制、裂成一片片、會變成瘋子、或者死去。也可能經驗到失眠、坐立不安、重覆不斷的夢魘或充滿焦慮的夢、無法專心、健忘、身體容易疲勞，讀書或工作時，一般性的缺乏效率。此外，也常處於激動的狀態中，而且憂慮著自己的狀況。當事人無法合理的解釋這些反應，而事實上也沒有實際存在的危險，足以解釋這種極端的害怕。在慢性焦慮的背景下，一個人可能經驗到為時幾分鐘到一小時，或更長時間的急性焦慮，出現的次數也可能從一天中出現幾次，到每半年或更久才出現一次。

憂鬱與焦慮經常一起出現，此時當事人就會同時感覺到危機即將發生，自己很緊張，必須做點什麼，但又同時感覺到很空虛、無力、懊惱或無助感(陳俊欽，2003)。湯華盛與葉英坤(2003)研究泛焦慮症發現，大多數的泛焦慮症都未尋求醫療、民俗或心理諮商的協助，而一旦求助，會優先找西醫，但在鄉鎮的居民，有更高的比率採用民俗療法或至西藥房購買成藥，乃因泛焦慮症在台灣是最普遍的輕型精神疾病，而其引起的症狀及社會功能障礙程度，沒有比其他疾病嚴重，或者，一般民眾認為泛焦慮症只是一種容易憂慮的個性而已，而不認為其是一種疾病。

焦慮不同於恐懼，兩者主要的區別是：前者比較持久，而後者的焦慮，僅由有限的刺激所引發，亦即由一些恐怖的事物或情境所造成(廖克玲等譯，1982)。恐懼刺激是無所不在的，因此，人們可能會常常經驗到這種焦慮，但也可能不會。因此，大多數有恐懼反應的人，經驗到的焦慮要比焦慮反應的人來得少。不過這種區別是相對的，大多數被診斷為恐懼反應的人，只是在某些情境下，比其他人更容易經驗到較嚴重的焦慮而已，並不是在所有的情境下，都會經驗到慢性的焦慮。

焦慮與害怕，則是同義的。一個極端恐懼的人可能會報告出下列的感覺：擔憂、覺得大難臨頭、精神恍惚、瀕臨崩潰、希望逃避；在行為上，會避開當時惡劣的情境、語言、動作協調、以及解決複雜問題的能力都會受到損害；在生理上，則表現出自主神經系統的

各種反應(廖克玲等譯, 1982)。焦慮的定義, 一般是依據刺激或依據反應而來的。依據刺激的定義, 注重引發焦慮的特殊情境(內在或外在); 依據反應的定義, 注重在焦慮中的各種反應。根據反應而來的焦慮定義, 認為無論刺激為何, 焦慮的反應都是一樣的, 除非特別註明, 害怕與焦慮的感覺被認為是同義的。

在焦慮的情緒中, 交感神經與副交感神經都會有所反應。交感神經的強烈活動產生以下的現象: 快速而不規則的心跳與呼吸、收縮血壓(Systolic Blood Pressure)升高、唾液減少而導致口乾舌躁, 手心、腳掌流汗、四肢冰冷、發抖、肌肉顫動; 而副交感神經活動所引起的反應則為: 腸胃不適、腹瀉、小便次數增加。在緊急的情況下, 有時會發生昏厥的現象。昏厥主要是因副交感神經的活動突然增加而使內臟的血管舒張、心跳減慢、血壓降低、肌肉張力喪失, 這些現象使得腦中血液的供給減少而失去意識。這種由副交感神經活動所導致的昏厥, 只有在遇到強力而突然的恐懼時才會發生。一般研究指出, 在高度機動狀態下, 焦慮者或有明顯焦慮癥狀的人, 都有交感神經活動與腎上腺皮植激素分泌增高的情形。在其他的測量指標上, 焦慮患者也顯示出較高程度的激動。Shagass 與 Jones(1957)的研究也發現, 焦慮患者要服用較正常人更多的鎮定劑, 才能達到和正常人同一程度的昏睡(轉引自廖克玲等譯, 1982)。

至今, 很多探討威脅性情境 (personal-threat situation) 問題者, 研究威脅性情境對於高焦慮及低焦慮受試者有何不同的影響。研究的結果指出, 高焦慮者比低焦慮者更易受工作失敗的毀損性影響。Wine(1971)以"焦慮的習慣性解釋"說明上述的結果。其認為在困擾情境下, 低焦慮及高焦慮者有不同的反應。焦慮低的人, 將全部注意力放在工作上, 但焦慮高的人, 則將注意力分成兩部分, 一部分注意工作, 而另一部分注意自己的反應, 例如心跳、擔心、被評價等等, 因此, 高焦慮者不能完全把注意力放在工作上, 工作效率也因而降低(轉引自廖克玲等譯, 1982)。

湯華盛與葉英坤(2003)研究泛焦慮症的盛行率及症狀群發現, 大都會的社區居民盛行率為 4.1%, 鎮居民為 11.4%, 鄉居民為 8.0%; 在症狀群方面, 大都會居民以「過度擔心」佔 82.7%最高, 其中又以「常沉思很多事情」、「擔心很多事情」分項占的比率最高, 其次為自主神經過度活躍 80.0%, 警覺度提高 79.0%, 肌肉緊繃 73.5%; 鎮居民以「自主神經過度活躍」佔 86.6%最高, 其中以「心跳加快」、

「容易流汗」分項占的比率最高，其次為「警覺度提高」85.3%，「過度擔心」82.7%，「肌肉緊繃」77.5%；鄉居民以「警覺度提高」85.3%最多，其中以「失眠」、「易怒」分項占的比率最高，其次「為過度擔心」83.2%，「自主神經過度活躍」80.3%，「肌肉緊繃」69.9%。

許多關於內外控信念與焦慮關係的研究均指出，外控者比內控者更為焦慮，擁有更大的需要價值（need value）與期待（expectancy）間的差距(Watson,1967；Platt and Eisenman,1968；Ray and kathn,1968；Hountras and Scharf,1970)。由這些研究看來，內控者有較低的焦慮，有較合理的期待，而其在受挫後，能產生建設性的反應，願意從事補救工作。反之，外控者有較高的焦慮，沒有主見，易受他人的影響，在團體中採取服從的態度，對於酬賞物的獲得沒有合理的期待，而採取『賭博者的謬見』，在受挫後，又因不認為挫折與自己有關，故不尋求補救。一般言之，內控者的適應較好，而外控者因不能隨外界要求而做適當的自我調整，其適應性也較差。

肆、國內外有關心理困擾的相關文獻

一、 國內相關文獻

警察工作屬於緊急危險及責重事繁之工作，往往被認為是高至中度困擾之工作(賴美娟，1997；陳石定，1993；陳明傳，1993；陳斐鈴，1992；曹爾忠，1993)，而分析警察人員工作困擾的來源，包括工作本身、勤務困擾、角色要求、組織結構、組織領導方式、關說困擾、民眾過度期許困擾、協助事項繁重、治安惡化困擾、物質誘惑困擾、外在環境誘惑、社會地位低、婚喪喜慶集會困擾及社會適應困擾，無可避免的，警察也與一般人相同會有家庭、經濟、生活事件及身心狀態所衍生的困擾(吳學燕，1995；陳石定，1993；陳明傳，1993；陳斐鈴，1992)。許多警察工作的困擾源，是上級長官或警政體制(張錦麗，1998)，而台灣地區不同個人屬性的基層員警，對工作困擾程度的反應，多數未達顯著差異(曹爾忠，1983)，可見，每位警察感受的困擾原因不甚相同，且需再深入探討。馬振華(1991)曾歸納警察的工作困擾來源有：

一、 警察工作的不確定性：包括，不可預測的危險傷害、含混的價

值觀及道德標準、永遠不充足的參考情報、及警察服務對象的身分模糊不清。

- 二、警察的次文化充滿矛盾。
- 三、警察是一個官僚化相當高的組織。
- 四、大眾的不合理期待。

其他國內有關警察工作困擾的研究，綜合來說，可分為下列幾點（張錦麗，1998）：

- 一、警察工作性質：(一)不確定性、不可預測性與危險性皆高。(二)由於行政任務過多，工作繁雜，且任務之間會互相衝突，使角色模糊矛盾。(三)需面對現實黑暗面，引發個人價值觀的衝突。(四)與司法系統的協調等。
- 二、警察工作與家庭衝突：由於工作本身之高危險性、高辛勞性、高不確定性、高衝突性，易造成家庭生活不協調，夫妻關係與親子關係不和。
- 三、警察組織機構特性：(一)警察傳統之軍事化、權威化管理，面臨現代社會民主化、人性化需求之挑戰，例如溝通方式、升遷考核制度方式。(二)各項行政、勤務、休閒與生活支援之硬體設施不良。
- 四、社會與警察組織之不能契合：(一)警察組織是健全社會之一環，然而由於其工作之特性，可能會因少數勤務人員之過失，加深民眾對警界之負面刻板印象，使員警及其家屬自我概念受損。(二)由於行政體系以往常動用警力處理政治與民眾利益有關之事務，使警民關係不佳。(三)警察與立法、司法及其他行政體系之互動不能配合，造成警察功效不能發揮。
- 五、警察個人因素：警察本身之人格強度、人際關係能力、個人危機（如感情、財務、工作挫折、升遷挫折等）處理能力等警察角色之外，尚需執行生活中之其餘角色，如丈夫、父親、子女、朋友之能力。
- 六、社會支援網絡：警察工作與外界隔絕性高，除特定團體外，不易自其他社會網絡團體中得到情緒、訊息、尊重與實際（財務或實務）的支持，而這些支援，經由研究證實，是減少困擾來

源及困擾源衝擊的有效緩衝；相反的，警察人員最密切的社會支援網絡是家庭，因其工作特性，家庭反而成為其困擾的重要來源。

張明永與蘇美卿(1999)在高雄地區所進行的調查顯示，高雄港務警察局員警的生活困擾有：居住困擾、家人健康困擾、工作困擾、經濟困擾、家人死亡困擾、孩子教育困擾、其它家庭之問題、婚姻不協調困擾、性生活困擾、家人懷孕困擾、人際關係困擾、感情困擾、法律困擾等。其中對健康造成影響的生活困擾源為：工作困擾、人際關係困擾、孩子教育困擾、經濟困擾、性生活困擾、居住困擾、搬家困擾、其它家庭困擾、家人健康困擾等。高雄港務警察局員警在工作困擾源方面，來自多重困擾者居多佔 28.3%，困擾源依序為：勤務佔 37.5%，工作量佔 36.5%，長官或屬下佔 34.6%，升遷佔 25.0%，士氣與氣氛佔 24.0%，待遇佔 22.1%，組織結構佔 22.1%，同事佔 17.3%，其它佔 8.7%，工作危險性佔 7.7%。

關可欣(1999)對都會地區的警察困擾所進行的研究發現，警察工作的困擾源有勤務角色困擾、組織領導困擾、個人成就困擾、接受挑戰困擾、家庭角色困擾。參與研究的警察人員之中，有 57%認為自己的工作困擾至少屬於中等程度以上。另外，警察身體化症狀越多，工作性質為外勤，社會支持越少，則工作困擾越大。

警察工作困擾對警察人員的負面影響，可從離職率與倦怠感探討。蔡德輝(1993)在「基層員警對工作環境及家庭生活的適應問題」專案研究報告發現，有 46%的基層警佐員警有意轉業，且有九成以上的員警認為，警察工作影響其與家人的休閒生活，這種工作困擾已嚴重影響員警對工作環境及家庭生活的適應。另有學者也實證研究發現，困擾與身心疾病息息相關，適當的困擾源及良好的困擾控制，可激發人們潛在力量，但過度困擾，卻會摧殘自己，造成身心疾病(高曉寧，1995；陳石定，1993；陳明傳，1993)。

另蘇東平醫師(1982)曾以 Holmes 之社會再適應量表，對榮總體檢科 1,042 個案施測，然後算出每一事件之算術平均數，並求出不同研究群體之間相關係數，發現彼此間之相關程度皆達顯著水準，表示不同分組的人對該量表的評分，頗具有一致性，如表 4.1.1。

表 4.1.1 社會再適應量表各項事件之困擾量化結果

排次	生活事件	平均數	排次	生活事件	平均數
1	配偶死亡	86	23	家中有新成員產生	40
2	家族近親死亡	77	24	職務上責任有重大改變	38
3	牢獄之災	72	25	居住條件有重大改變	37
4	離婚	68	26	與上司發生衝突	36
5	個人身體有重大傷害或疾病	61	27	與公婆或岳父母有摩擦	36
6	事業上有重大改變	60	28	退休	33
7	分居	56	29	負債少於四十萬元	33
8	家屬健康重大改變	55	30	輕微觸犯法律	32
9	負債沒還、抵押被沒收	53	31	睡眠習慣有重大改變	29
10	工作被開革	53	32	搬家	29
11	財務狀況重大改變	51	33	開始或停止接受學校教育	27
12	結婚	50	34	個人習慣有重大改變	26
13	家庭成員相聚人數有重大改變	45	35	飲食習慣有重大改變	26
14	個人有傑出成就	45	36	工作時間方式有重大改變	25
15	兒女離家了	44	37	太太開始或停止上班	25
16	負債超過四十萬元	44	38	宗教信仰活動有重大改變	25
17	好友死亡	43	39	長假期	24
18	性行為困難	43	40	消遣活動有重大改變	21
19	懷孕	42	41	過新年(春節)	21
20	與配偶歸於和好		42	轉學	21
41			43	社交活動有重大改變	19
21	改變行業	40	44	聖誕節	12
22	與配偶發生重大吵架	40			

(蘇東平, 1981)

林錦坤(1999)研究台灣地區基層警察人員自殺傾向影響因素與預防對策發現，警察人員日常及長期生活困擾感受來源排行榜，幾乎都與工作困擾有關(如表 4.1.2)。

表 4.1.2 我國基層警察人員生活困擾來源排序表

我國基層警察人員生活困擾來源排序表	
日常生活困擾感受	長期生活困擾感受
<ol style="list-style-type: none"> 1. 重要節日因工作無法返家 2. 升遷不公平 3. 長官要求工作績效 4. 睡眠不足 5. 各級長官要求不一致，無所適從 6. 上級要求取締事項與民情不符 7. 上級查勤，百般刁難 8. 獎懲不合理 9. 放假被召回服勤 10. 緊急出勤 11. 長官編排勤務不公平 12. 被長官當面指責 13. 長官、民意代表、親友請託 14. 貸款 15. 被行政處分「記過」或「申誡」 16. 熟識的同仁調走 17. 考試落榜 18. 長官調動頻繁，難以適應 19. 薪水不夠用 20. 被調動(服勤單位更動) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 公權力不彰 2. 警察社會地位低 3. 升遷管道狹窄 4. 工作時間太長，而且零散 5. 民眾對警察負面的批評 6. 應勤裝備品質不良 7. 媒體對警察負面的批評 8. 工作需要扮演不同角色 9. 我會擔心年底考績 10. 我覺得工作量太大，無法負荷 11. 辦公房舍擁擠老舊 12. 沒有時間進修 13. 休假不正常 14. 離鄉背井，在外工作 15. 工作枯燥乏味，沒有成就感 16. 長久以來請調未能如願 17. 住的地方離上班地點太遠 18. 執勤中，與民眾發生衝突 19. 經濟狀況不佳 20. 與上級長官關係不和

(林錦坤，1999)

二、國外相關文獻

在國外部分，警察人員在日常的工作環境中，也面臨極大的心理困擾。Anshel, Robertson 及 Caputi(1997)等三人主持的二項研究，曾辨識出警察工作的心理困擾源。第一項研究，係以 39 位澳洲警察人員為研究對象，第二項研究，則以 95 位澳洲警察人員為研究對象。研究者根據出現的頻率強度，辨識出警察工作的心理困擾源有下列四項：家中小孩發生意外事故(child fatality)、可能會因公受傷(duty-related injury to the officer)、處理性侵害案件時(dealing with victims of sexual abuse)及同仁因公傷亡時(death or injury of another officer)。此外，研究者也發現，警察工作常見的心理困擾源包括：面

對無法預知的場面之時(facing an unpredictable situation)、處理家庭糾紛案件時(dealing with domestic disputes)、面臨可能受傷的場面時(facing a situation with the possibility of injury)、與持有武器的歹徒遭遇時(confronting a person with a weapon)、逮捕暴力犯時(arresting a violent person)等。當研究者將工作困擾出現的強度與頻率結合在一起時，工作困擾程度較高的來源，包括：面對無法預知的場面時、處理家庭糾紛案件時、面臨可能受傷的場面時、與持有武器的歹徒遭遇時等(Anshel et al., 1997)。本案研究者假設，所有的警察人員都是在外勤工作，因此，所有警察人員所面臨的心理困擾經驗與種類都是相同的。但事實上，警察工作有不同分類，不同的工作的警察人員，其面對困擾的經驗或對困擾情境的看法也不同，因此，本研究案，研究者未將警察工作分類，即假設所有警察人員所面臨的困擾經驗與種類都是相同的，可能在問卷設計上不夠周延。

Brown 及 Campbell 主持一項英國地方性 954 名警察人員的研究案，該研究案根據已蒐集之人口統計、個性、焦慮、健康與困擾等資訊，設計了幾份問卷表對警察人員施測。研究者發現，組織與管理的因素，對員警所造成的心理困擾，遠較員警執勤時所面臨的心理困擾，約高出四倍(Brown and Campbell,1990)。員警執勤可能遇到的心理困擾，例如，處理猝死案、面對暴徒、處理暴力受害案件等，通常都被認為是心理困擾的來源。儘管如此，根據研究發現，絕大部分警察的心理困擾來源，還是來自警察機關的組織與管理方式(Brown and Campbell,1990)。惟 Brown 與 Campbell 的研究案，係由英國警察機關所主導，其研究結論是否足以推論不同國家警察人員的工作困擾情形，則有待探討。

另一項由 Kirkcaldy,Cooper 及 Ruffalo(1995)等人對美國 Illinois 州 Naperville 市警察局所作的研究案，Kirkcaldy 等人以同樣變項檢視 49 位警察人員的工作困擾情形。Kirkcaldy 等人先提列出警察工作的心理困擾指標，以供受測者辨別其所受的工作困擾情形。Kirkcaldy 等人發現，受測員警從工作上感受到的心理困擾，遠低於結構設計及行政程序帶給警察人員的心理困擾。警察人員的工作本質，經常被形容成「有做不完的事」，警察人員必須保持新技術、新觀念與新科技。

警察機關的結構設計及行政程序，經常被形容成「規範不夠明確」、缺乏協商與溝通、有差別待遇與偏袒等不公情形。由於本研究案之樣本數太少，可能降低其外在效度，值得注意。

另由 Stotland 及 Pendleton 主持一件 159 位巡邏員警(不包括交通警察)的研究案，研究者比較警察工作的職責與其所受心理困擾的程度，以及警察人員所感受到的心理困擾種類。Stotland 及 Pendleton 的研究發現，工作量越輕的警察人員，其在機關內的人際關係困擾，感受越大。相反的，工作量越重的警察人員，其從工作上感受到的困擾越重。因此，Stotland 及 Pendleton 的研究結論認為，警察人員因承辦業務不同，其感受工作上的心理困擾程度與種類也不相同。但另一件研究卻有不同的發現，該研究案認為，階級不同其感受困擾的情形卻無不同，本項研究案係由 Joseph 主持。Joseph 研究 Kerala 警察局 60 名警察人員後發現，警察人員階級的高低(rank)、工作負荷的輕重(role overload)、角色定位模糊的情況(role ambiguity)、警察角色的衝突(role conflict)、利益團體或政治上的困擾(group and political pressures)、疏離的同儕關係(poor peer relations)、激烈的工作環境(strenuous working conditions)以及乏善可陳的工作效益(unprofitability)等，都是警察人員工作困擾的來源。

White、Lawrence、Biggerstaff 及 Grubb 等人修正警察人員工作困擾變項後，對 Greensboro 市警察局 355 位員警所作的一項研究案，扣除填答失敗及填答不完整的問卷，該研究案之回收問卷只有 59.44% 可供分析，研究者用因素分析法(factor analysis)，從回收資料中辨識出困擾的變項因素。經研究發現，三個主要的工作困擾因素為：「身體或心理遭受威脅」(physical/psychological threat)、「評比制度」(evaluation systems)及「缺乏支持」(lack of support)(White et al.,1985)。分析這三項心理困擾因素，都直接或間接與工作有關。

另 Sewell(1983)調查美國警察人員日常生活困擾排行榜，在所列 142 項困擾事件中，工作困擾也佔了 131 項(如下表 4.2.1)。

表 4.2.1 美國警察人員生活困擾來源排序表

美國警察人員日常壓力源排行榜	
1. 執行共同勤務時，同仁遭受暴力攻擊而死亡	24. 圍捕逃犯
2. 怕被資遣	25. 處理家庭暴力所衍生的劫持案件
3. 執勤中，擊斃他人	26. 接獲同仁無線電呼叫「請求支援」
4. 執勤中，使用槍械射擊他人	27. 執勤的帶隊官太差勁
5. 親近的同事自殺	28. 勤務中，有人受傷(未開槍案件)
6. 同事在勤務中慘遭暴力攻擊而死亡	29. 目睹員警使用暴力
7. 有警察人員遭到殺害時	30. 處理「有歹徒持槍」的報案案件
8. 勤務中，有人受傷(開槍案件)	31. 面對人事評鑑
9. 其他同仁在勤務中受傷	32. 因公涉案
10. 遭到停職	33. 處理群眾事件
11. 升遷落空	34. 參加升遷考試落榜
12. 追捕持槍歹徒	35. 聽聞警察自殺
13. 處理兒童受虐死亡案件	36. 同仁遭到起訴
14. 被調職遠離家鄉	37. 同事因貪汙遭到調查
15. 本人涉及的開槍事件	38. 聽聞同仁使用槍械
16. 減薪	39. 參加常年訓練測驗不及格
17. 目睹同仁貪汙	40. 處理「暴力犯入侵」的報案案件
18. 接受賄賂	41. 處理兒童性侵害案件
19. 與同事共同貪汙	42. 參加升遷口試
20. 處理劫持案件	43. 與長官發生口角
21. 處理兒童意外死亡案件	44. 遷調服務機關
22. 能力或經驗較差者卻升遷較快	45. 本人被報章雜誌批評
23. 接受政風調查	46. 偵辦眾所矚目的案件

47. 從重處分部屬	71. 遭長官口頭訓誡
48. 被指派查處同仁的風紀案件	72. 處理精神病犯案件
49. 民代關說	73. 被民眾當面抱怨
50. 參加升遷考試	74. 報章批評警察機關
51. 出席紀律聽證會	75. 處理成年性暴力或性侵害案件
52. 毀損公家車輛	76. 調職
53. 本人使用禁藥	77. 機關內部的政策不公
54. 目睹同仁使用禁藥	78. 準備退休
55. 參加警察罷工	79. 追逐交通違規者
56. 執行臥底警察勤務	80. 對部屬要求較嚴苛的紀律
57. 與同仁暴力相向	81. 因升遷而調整單位
58. 處分勤務伙伴	82. 服用藥物成癮
59. 接獲親朋好友的死亡通知	83. 送長官紅包
60. 報紙負面評論員警行為	84. 毆打囚犯或嫌疑犯
61. 接受測謊	85. 空手逮捕嫌犯
62. 同事示愛追求	86. 升遷職缺有限
63. 因公受傷	87. 處理家庭糾紛
64. 突然變更勤務時段	88. 處理殺人案件
65. 遭長官斥責	89. 長官換人
66. 重大刑案無法偵破	90. 同事酒精成癮
67. 處理不明的緊急事故	91. 處理寂靜無聲的報案案件
68. 勤務中喝酒	92. 局長換人
69. 查辦同仁的不當行為	93. 處理成人意外死亡案件
70. 執行吸食麻醉藥品的臨檢勤務	94. 遷調警察局

95. 逮捕通緝犯	119. 訊問嫌犯筆錄
96. 工作量突然減少	120. 機關經費被刪減
97. 檢察官當場釋放嫌疑犯	121. 嫌疑犯被陪審團釋放
98. 因工生病	122. 勤務超時
99. 工作伙伴換人	123. 接獲民眾表揚的信件
100. 勤務時段更替為夜間勤務	124. 開庭時間一拖再拖
101. 休假被召回	125. 處理民眾傷病案件
102. 參與勞資協議時	126. 接受團體表揚
103. 被交通違規人辱罵	127. 勤務時段更替為日間勤務
104. 機關內部又有新規定	128. 例假日執勤
105. 民眾示愛追求	129. 執行例行性的逮捕勤務
106. 檢察官對嫌犯求刑太輕	130. 二人共同執勤時
107. 參加特殊訓練	131. 處理青少年案件
108. 執行警戒勤務	132. 執行例行性的路檢勤務
109. 嫌犯被當庭釋放	133. 單人服勤
110. 出庭接受律師詰問	134. 執行逮捕異性的勤務
111. 接受機關表揚	135. 因違警案件出庭作證
112. 因刑事案件出庭作證	136. 處理車禍案件
113. 考績	137. 處理酒醉駕車案件
114. 執行誘捕勤務	138. 收入增加
115. 與異性共同執勤	139. 超勤津貼問題
116. 執行夜間勤務	140. 執行例行性的盤查勤務
117. 伙伴換新同事	141. 開罰單
118. 成功的解決一件案件	142. 處理日常文書報告

(Sewell,1983)

伍、研究工具與樣本

一、研究工具

本研究為探求警察人員心理困擾原因，本文以問卷調查法，對樣本施測。本研究之生活困擾量表分成二部分，即「日常困擾事件」及「長期困擾事件」二份量表，藉以探討其負面生活事件發生數、主觀感受困擾的程度及二者之間的交互作用。該二量表經蒐集有關警察人員困擾量表，如 Sewell(1983)之 Law enforcement critical life events scale，林文祥(1982)、曹爾忠(1983)、許秀琴(1985)、簡世珪(1992)、蔡德輝(1993)、林建宏(1993)、楊國展(1995)、楊慶裕(1997)、闕可欣(1999)、林錦坤(1999)、張平吾、陳玉書(1999)等量表有關警察生活困擾題目，同時在實施預試時，以開放式題目，強制所有受試人員填答，經六次蒐集題目並過濾、修訂而成。

本研究之「日常困擾事件」量表題目共 95 題，「長期困擾事件」量表則有 50 題，請受訪者根據其過去三個月來的經驗，回答事件是否發生過及其困擾程度。本研究有關計分方式為：沒發生過給 1 分，發生過但不會造成困擾給 2 分，發生過只有輕微困擾給 3 分，發生過確有困擾給 4 分，發生過並造成極大困擾給 5 分。各題之答分相加，即為量表之總分。得分愈高者，表示困擾事件發生數愈多、困擾感受程度愈大。

二、研究樣本

本研究之研究對象，包括台北市、高雄市政府警察局、內政部警政署所屬各警察機關、學校、台灣省各縣市警察局、福建省金門縣、連江縣警察局(不包括中央警察大學)。本研究採分層抽樣方式，調查全國及各警察機關不同階級的警察官人數，依比例算出各警察機關擬抽樣人數，並依據各機關分配各階級比例人數完成抽樣，發放問卷。研究共發出 2,050 份問卷，回收之有效問卷共 1,971 份，排除未認真填答或未填答題數過多者後，實際有效回收問卷數為 1,959 份。

研究受訪者詳細資料見表 5.2.1。在性別上，男性警員的比例為 97.1%，共計 1,902 人；女性警員佔 2.4%，共計 47 人。年齡分布以 31~35 歲及 36~40 歲較多，分別佔 24.1%、23.9%。工作性質方面，以

行政警察人員為最高，有 1,112 人(56.8%)，其次為刑事警察人員 246 人(12.6%)。工作內容上，外勤員警人數多於內勤，分別為 1,350 人(68.9%)、465 人(23.7%)。服務單位則以分局及其直屬單位、分駐(派出)所佔較大的比例，分別有 554 人(28.3%)及 557 人(28.4%)。

在調查年資變項上，集中在 6~10 年(407 人，20.8%)、11~15 年(505 人，25.8%)、16~20 年(441 人，22.5%)，9.6%的受訪員警年資在 30 年以上。服務單位調整次數的調查中發現，約有五成的受訪員警服務單位的調整次數在 3 次以下(1,005 人，51.3%)，調整 4~6 次的有 563 人(28.7%)，另外調整次數在 13 次以上的有 58 人(3.0%)。

而調查受訪員警的教育程度部分發現，有 41.4%為甲種警員班(812 人)，有 26.8%為專科警員班(525 人)，其餘為中央警察大學各班期畢業生(622 人)。宗教信仰上，大部分的員警信仰佛教和道教，所佔比例分別為 37.0%及 31.3%。

調查員警的家庭型態發現，有 77.8%屬小家庭、19.2%屬折衷家庭，大家庭則為 1.6%。受訪員警中有 85.2%已婚，11.3%未婚。而已婚的員警，其子女數大多為三個(848 人、43.3%)，其次為四個子女(409 人，20.9%)。有 62.8%的已婚員警並沒有六歲以下的子女，而有 21.9%的已婚員警有一位六歲以下的子女。

此外，本研究受訪員警的官階分布較符合母群分布，共有一線二星(為比照警佐待遇人員，即不具任用資格或尚未通過警察資格考)44 位(2.2%)，一線三星(相當於警勤區、警備隊、交通隊、保安隊、女警隊警員、刑警隊、刑事組刑事偵查員職務)934 位(47.7%)，一線四星(相當於巡佐、小隊長)367 位(18.7%)，二線一星(相當於巡官、分隊長兼派出所主管)183 位(9.3%)，二線二星(相當於台灣省副分局長、副隊長、組長、課員、分駐所所長)214 位(10.9%)，二線三星(相當於台灣省分局長、隊長、課長、主任、台北市、高雄市警察局股長、組長、署屬警察機關副大隊長、科員、組員)143 位(7.3%)，二線四星(相當於台灣省副局長、保安警察大隊長、組長、台北市、高雄市警察局副分局長、副大隊長)27 位(1.4%)，三線一星(相當於台北市、高雄市警察局分局長、科長、大隊長、警政署及署屬機關科長、專員)22 位(1.1%)，三線二星(相當於台北市、高雄市警察局督察長以上、台灣省警察局長、保安警察主任秘書以上、警政署組長、專門委員、署屬警察機關副局長以上職務)25 位(1.3%)。

表 5.2.1 受訪員警基本資料

屬性/類別	人數	百分比	變項/類別	人數	百分比
性別			一線三星	934	47.7
男	1902	97.1	一線四星	367	18.7
女	47	2.4	二線一星	183	9.3
未填答	10	0.5	二線二星	214	10.9
年齡			二線三星	143	7.3
20~25	38	1.9	二線四星	27	1.4
26~30	290	14.8	三線一星	22	1.1
31~35	472	24.1	三線二星以上	25	1.3
36~40	468	23.9	未填答	0	0
41~45	312	15.9	年資		
46~50	189	9.6	1~5	87	4.4
51~55	106	5.4	6~10	407	20.8
56 以上	37	1.9	11~15	505	25.8
未填答	47	2.4	16~20	441	22.5
工作性質			21~25	261	13.3
行政警察	56.8	1112	26~30	150	7.7
外事警察	29	1.5	31 以上	56	2.9
刑事警察	246	12.6	未填答	52	2.7
保安警察	201	10.3	婚姻狀況		
交通警察	146	7.5	已婚	1670	85.2
專業警察	187	9.5	未婚	222	11.3
其他	24	1.2	分居	7	0.4
未填答	14	0.7	離婚	35	1.8
工作內容			鰥寡	5	0.3
內勤	465	23.7	同居	1	0.1
外勤	1350	68.9	再婚	14	0.7
未填答	144	7.4	未填答	5	0.3
服務單位			子女數		
警察局	478	24.4	沒有	8	0.4
分局	554	28.3	1 個	308	15.7
派出所	557	28.4	2 個	288	14.7
保一、四、五總隊	154	7.9	3 個	848	43.3
其他	193	9.9	4 個	409	20.9
未填答	23	1.2	5 個	64	3.3
官階			6 個以上	8	0.4
一線二星	44	2.2	未填答	26	1.3

受訪員警基本資料(表 5.2.1 續)

屬性/類別	人數	百分比	變項/類別	人數	百分比
六歲以下子女數			教育程度		
0 個	1230	62.8	警察特考班	9	0.5
1 個	429	21.9	甲種警員班	812	41.4
2 個	242	12.4	專科警員班	525	26.8
3 個	33	1.7	警佐班	60	3.1
4 個以上	5	0.3	警察大學專修科	170	8.7
未填答	20	1.0	警察大學大學部	339	17.3
家庭型態			警政研究所	37	1.9
小家庭	1524	77.8	未填答	7	0.4
折衷家庭	377	19.2	宗教信仰		
大家庭	31	1.6	無	434	22.2
未填答	27	1.4	佛教	725	37.0
服務單位調整次數			道教	614	31.3
0~3 次	1005	51.3	天主教	30	1.5
4~6 次	563	28.7	基督教	85	4.3
7~9 次	186	9.5	一貫道	32	1.6
10~12 次	119	6.1	未填答	14	0.7
13 次以上	58	3.0	其他	25	1.3
未填答	28	1.4			

本次抽樣，三線二星以上部分，抽樣人數 25 位(佔母群體 1.21%)，回收問卷 25 份(佔 1.28%)，回收率高達 100%；三線一星部分，抽樣人數 30 位(佔母群體 1.45%)，回收問卷 22 份(佔 1.12%)，回收率僅 73%；二線四星部分，抽樣人數 30 位(佔母群體 1.46%)，回收問卷 27 份(佔 1.39%)，回收率 90%；二線三星部分，抽樣人數 160 位(佔母群體 7.8%)，回收問卷 143 份(佔 7.3%)，回收率 89.3%；二線二星部分，抽樣人數 230 位(佔母群體 11.2%)，回收問卷 214 份(佔 10.9%)，回收率 93%；二線一星部分，抽樣人數 190 位(佔母群體 9.27%)，回收問卷 183 份(佔 9.34%)，回收率 96.3%；一線四星部分，抽樣人數 400 位(佔母群體 19.5%)，回收問卷 367 份(佔 17.7%)，回收率 91.8%；一線三星部分，抽樣人數 890 位(佔母群體 43.4%)，回收問卷 887 份(佔 45.3%)，回收率 99.6%；一線二星部分，抽樣人數 45 位(佔母群體 2.2%)，回收問卷 44 份(佔 2.24%)，回收率 97.7%；女警部分，抽樣人數 50 位(佔母群體 2.43%)，回收問卷 47 份(佔 2.4%)，回收率 94%。

本次抽樣有四項特殊狀況，謹說明如下：

- 一、 考量三線二星以上樣本，僅佔所有母群體 0.2%，如依分層比例抽樣，僅能抽取 5 位樣本，而本研究為強化高階警官之代表性，因此以加權五倍方式抽樣，抽樣人數為 25 位。
- 二、 目前三線一星職缺，甚多職務為文職或非警察官職務(如秘書、研究員)等內勤職缺，因此，抽樣之樣本數酌減；另推估本次三線一星回收率偏低之原因，應為「非當場填答」，事後又無電話追蹤之故，因此，不無缺憾。
- 三、 一線二星至一線四星之基層警員樣本數，相較於母群體數之比例，確略微偏低，因此，本研究之趨勢，應有偏向初階警官及高階警官的現象。
- 四、 女警部分之抽樣，由於大都調職內勤，且研究者亦未刻意區隔男、女警比例而分別抽樣，因此，事後分析樣本數情形，女警樣本確略偏低，惟所有樣本既均依隨機抽樣方式產生，應仍有其代表性。

陸、研究發現

一、警察人員日常生活困擾事件排行榜與分析

本研究將警察人員困擾來源分為日常生活困擾事件及長期生活困擾事件，其中日常生活困擾事件量表得分計算方式有三種：一、計算困擾事件發生頻率。二、發生困擾事件後對生活的影響程度。三、直接以量表原始得分作為計算方式，以了解這些日常困擾事件的衝擊程度。而長期困擾事件的得分計算方式未做更動。研究結果顯示，依各題平均值加以排序，警察日常生活中最常發生的前五項困擾事件分別為：1、睡眠不足。2、參加常年訓練或常年測驗。3、機關內部又變更許多新的規定。4、熟識同仁調走。5、長官督導業務有缺失，這五項均與工作關係密切。受訪員警日常困擾事件在有發生的前提下，平均感受程度最大的前五名依次為：1、配偶死亡。2、子女死亡。3、與差勁的長官共同執勤或共事。4、兒女逃學或逃家。5、放假被召回服務，其中三項與家庭有關，二項與工作有關，而整體衝擊程度(同時考量發生頻率與感受程度)，最大的前五項日常生活困擾事件依序

為:1、睡眠不足。2、與差勁的長官共同執勤或共事。3、放假被召回服務。4、機關內部又變更許多新的規定。5、長官民意代表親友請託案件。茲將警察人員日常生活困擾事件排行，表述如表 6.1.1。

此外，不同屬性的警察人員在這些生活困擾事件的排序上，亦有不同。茲列舉工作內容(內勤或外勤)及官階(基層員警、初階警官、高階警官)此二屬性加以對照。研究結果顯示，對內外勤警察皆有較嚴重影響的日常生活困擾為「放假被召回服務」、「與差勁的長官共同執勤或共事」、「睡眠不足」、「機關內部又變更許多新的規定」、「長官民意代表親友請託案件」、「朋友要借錢」及「長官督導業務有缺失」等。而相較於外勤警員，內勤警員較常感受到「與女(男)朋友分隔兩地」、「緊急出勤」及「參加常年訓練或常年測驗」等困擾；外勤警員則有較多執行勤務方面的困擾，如：「執行路檢盤查」、「攔截告發交通違規案件」和「處理民眾酒醉駕駛或鬧事案件」等。在長期生活困擾方面，「警察改革跟不上社會腳步」、「警察社會地位低」、「媒體對警察負面評價」、「民眾對警察負面評價」、「公權力不彰」、「升遷不公平」、「勤務制度不合理」和「重要節日因工作無法返家」等事件皆嚴重影響內外勤警員。而內勤警員較常受到「法律知識欠缺」以及「專業知識不足」等事件衝擊；外勤警員則比內勤警員常受到「工作時間太長」的衝擊。

比較不同官階警員的日常生活困擾時發現，不論官階大小皆有較嚴重影響的日常生活困擾事件為「睡眠不足」、「與差勁的長官共同執勤或共事」、「放假被召回服務」、「機關內部又變更許多新的規定」、「長官民意代表親友請託案件」。相較於警官，基層員警較常受到「長官編排勤務不公平」的困擾；而初階警官則是較常受到「與男女朋友分隔兩地」、「緊急出勤」以及「執行專業勤務」等的困擾；不同於基層員警及初階警官，高階警官較常受到「熟識同仁調走」的困擾。另外，本研究結果顯示，基層員警及初階警官所感受到的長期困擾事件大致相同，而高階警官則是較常受到「部屬素質不佳或能力不足」及「扮演不同角色」的困擾。

以 t 檢定及單因子變異數分析探討「不同屬性警察人員日常生活事件整體衝擊程度差異」，除了比較不同屬性警察人員的各量表總平均分數，同時也比較各分量表的平均分數之差異。研究結果發現，男性警察人員較女性警察人員有較大的日常生活困擾，而不同年齡的警員，其日常生活整體衝擊程度也有差異，其中以 36~40 歲員警最受衝

擊，56歲以上員警整體衝擊程度最低，顯著低於26~50歲的員警。

不同工作性質的警員中，以行政警察人員受到的日常生活困擾最大，其次為刑事警察人員，這兩者所受之整體衝擊，均顯著大於專業警察人員，此外，行政警察人員所感受之整體衝擊程度，亦顯著高於保安警察人員。在工作內容方面，外勤員警之整體衝擊程度，顯著高於內勤員警。

服務單位方面，派出所員警所受到的日常生活困擾，顯著高於其他單位(警察局、分局、保警總隊等)，而分局警員的日常生活困擾居次，但也高於警察局及保警總隊等單位。比較不同官階警察人員的生活整體衝擊程度發現，基層員警最高，初階警官居次，高階警官最低，其間皆達顯著差異。

不同年資的比較發現，任職11~20年警察人員的整體衝擊程度最高，且顯著高於1~5年及26年以上的警察人員。而6~10年及21~25年的警察人員，也顯著高於26~30年者。

婚姻狀況方面，研究發現，已婚或未婚警察人員所受的日常生活困擾，低於離婚、同居、分居、鰥寡、再婚等情況的警察人員。擁有子女數之不同，並未造成日常整體衝擊的差異，但六歲以下子女數之不同，則有顯著差異，其中擁有兩個六歲以下子女數的警察人員，其日常生活困擾人員，顯著大於沒有六歲以下子女的警察。

家庭型態不同的警察人員，亦有不同的日常生活困擾，其中折衷家庭中的警察人員，顯著高於小家庭中的警察人員。另外，教育程度越高的警察人員，其日常生活困擾越低，其中警察特考班、甲種警員班及專科警員班的警察人員，其日常生活困擾顯著高於警察大學專修科、警察大學大學部、警政研究所的警察人員。另外，本研究也顯示不同宗教信仰的警察人員，其日常生活困擾會有差異，以及服務單位調整次數不同，其日常生活困擾亦不同，但兩者的事後比較，皆未達顯著。

若以各分量表得分來看，勤務執行方面事件造成的日常生活困擾，在不同屬性上的比較大致同於總量表的結果，茲列舉與總量表差異較大的結果。在工作性質上，行政警察人員與刑事警察人員，仍舊

高於專業警察人員及保安警察人員，此外，交通警察人員所受到的日常生活困擾，亦顯著高於專業警察人員及保安警察人員。婚姻狀況方面，其受困擾衝擊程度仍舊是其他情況(非未婚、已婚)的日常生活困擾最高，且顯著高於未婚或已婚的警察人員，不同的是，研究結果發現，已婚警察人員在勤務執行方面的日常生活困擾，顯著高於未婚的警察人員。

在服務單位調整次數上，調整過4~6次的警察人員，其日常生活困擾顯著高於0~3次的警察人員。不同宗教信仰在勤務執行方面的日常生活困擾，仍舊有差異，其中，信仰道教警察人員所受的日常困擾衝擊，顯著高於信仰佛教或無信仰的警察人員。

另外，在家族糾紛的分量表得分上，只有年齡、工作性質、服務單位、官階、年資、家庭型態以及教育程度等屬性，有達顯著差異。事後比較中，有達顯著差異的有----基層員警及初階警官顯著高於高階警官；警察特考班顯著高於教育程度在警察大學以上的警察人員；甲種警員班的警察人員，顯著大於警察大學大學部的警察人員。

在夫妻之間造成的日常生活困擾上，大致上的結果與總量表的結果類似，不過，不同的工作性質間並無顯著差異。另外，信仰道教的警察人員在此分量表的得分，顯著高於信仰佛教的警察人員。

好友同仁間所產生的日常生活困擾上，不同工作性質的警察人員，其得分並無不同，另外，六歲以下子女數、家庭型態及服務單位調整數的不同，在此分量表上亦無差異。

至於在男女友間的因素上，只有年資、子女數、家庭型態這三個屬性不同會造成差異。其中，年資6~10年的警察人員得分顯著高於1~5年的警察人員。另外，值得注意的是，家庭型態為大家庭的警察人員，其得分顯著高於小家庭的警察人員。子女數方面在其他因素的考驗上皆不達顯著，惟在此因素得分有顯著差異，且有五個以上子女的警察人員，其得分顯著高於只有一個子女的警察人員。

而在組織管理分量得分方面，大致上與總量表相同，比較值得注意的是，服務單位調整次數及家庭型態這兩個屬性上，變異數分析未達顯著差異。

表 6.1.1 我國警察人員日常心理困擾排行榜

排序	困擾事件	個數	平均數	標準差
1	睡眠不足困擾程度	1957	2.64	1.34
2	與差勁的長官共同執勤或共事困擾程度	1948	2.56	1.48
3	放假被召回服務困擾程度	1954	2.5	1.4
4	機關內部又變更許多新的規定困擾程度	1954	2.47	1.26
5	長官民意代表親友請託案件困擾程度	1956	2.39	1.32
6	長官督導業務有缺失困擾程度	1950	2.33	1.2
7	執行路檢盤查困擾程度	1956	2.33	1.22
8	朋友要借錢院困擾程度	1950	2.3	1.27
9	攔截告發交通違規案件困擾程度	1941	2.3	1.25
10	緊急出勤困擾程度	1953	2.29	1.25
11	處理民眾酒醉駕駛或鬧事案件困擾程度	1945	2.23	1.3
12	長官編排勤務不公平困擾程度	1946	2.22	1.36
13	參加常年訓練或常年測驗困擾程度	1953	2.15	1.01
14	熟識同仁調走困擾程度	1950	2.13	1
15	被長官當面指責困擾程度	1951	2.12	1.21
16	執行專案勤務困擾程度	1951	2.11	1.1
17	與女(男)朋友分隔兩地困擾程度	239	2.1	1.36
18	被記過申誡劣蹟等處分困擾程度	1957	2.09	1.23
19	轄區發生刑案未破困擾程度	1945	2.07	1.26
20	填寫日常報表或簿冊資料困擾程度	1947	2.03	0.98
21	處理聚眾活動困擾程度	1938	2.01	1.23
22	處理家庭暴力案件困擾程度	1948	1.97	1.21
23	勤務績效不佳困擾程度	1954	1.96	1.16
24	考試落榜困擾程度	1951	1.95	1.15
25	處理民眾精神病案件困擾程度	1954	1.93	1.15
26	與女(男)朋友發生爭吵困擾程度	242	1.9	1.17
27	貸款困擾程度	1954	1.87	1.08
28	因處理案件出庭作證困擾程度	1948	1.86	1.08
29	被調動(服勤單位更動)困擾程度	1955	1.82	1.19
30	薪水不夠用困擾程度	1954	1.81	1.17
31	與配偶爭吵困擾程度	1697	1.77	0.98
32	小孩托育或教育問題困擾程度	1703	1.77	1.13
33	家人因重病或重傷住院困擾程度	1945	1.76	1.2
34	熟識同仁重病住院困擾程度	1950	1.76	1
35	同事因案被起訴困擾程度	1942	1.76	1.2
36	責罵兒女困擾程度	1706	1.74	0.82
37	我的功獎或績效被搶困擾程度	1932	1.73	1.1

38	好友重病或重傷住院困擾程度	1945	1.73	1.01
39	同仁殉職或執勤重傷困擾程度	1946	1.71	1.2
40	處分或斥責部屬困擾程度	1246	1.7	0.96
41	與同事發生口角衝突困擾程度	1958	1.7	0.99
42	破案獎金分配不公困擾程度	1944	1.68	1.12
43	逮捕的嫌疑犯遭檢察官釋放困擾程度	1945	1.68	1.1
44	逮捕通緝犯困擾程度	1959	1.68	1.16
45	請假(要事)不准困擾程度	1953	1.68	0.82
46	處理死亡車禍困擾程度	1958	1.67	0.97
47	被檢舉有不當行為困擾程度	1939	1.66	1.16
48	目睹同事有吃案行為困擾程度	1954	1.64	1.08
49	預期升遷落空困擾程度	1950	1.64	1.1
50	處理民眾自殺案件困擾程度	1957	1.61	0.89
51	搬家困擾程度	1954	1.57	0.98
52	好友死亡或自殺困擾程度	1952	1.56	1.02
53	處理兇殺案困擾程度	1956	1.56	0.91
54	與上級長官發生口角衝突困擾程度	1954	1.54	1.04
55	體重急速上升或下降困擾程度	1956	1.52	0.97
56	單身仍無親密異性朋友困擾程度	236	1.52	0.91
57	與好友發生爭吵困擾程度	1958	1.52	0.81
58	夫妻分隔兩地(不能常見面)困擾程度	1684	1.5	1.06
59	負債困擾程度	1951	1.5	0.98
60	住的地方太擁擠或雜亂困擾程度	1954	1.49	0.93
61	配偶為家庭經濟外出工作困擾程度	1686	1.49	0.86
62	投資失利或被倒會困擾程度	1955	1.48	0.99
63	與女(男)朋友發生性關係困擾程度	237	1.47	0.71
64	父母或兄弟姊妹有人死亡困擾程度	1950	1.43	0.96
65	家人與鄰居爭吵困擾程度	1957	1.42	0.77
66	目睹同事有刑求或粗暴行為困擾程度	1957	1.41	0.85
67	女(男)朋友經濟發生困難困擾程度	240	1.4	0.86
68	熟識同仁自殺困擾程度	1949	1.39	0.93
69	性生活不滿意困擾程度	1705	1.36	0.8
70	兄弟姊妹間爭吵困擾程度	1909	1.36	0.74
71	目睹同事有貪瀆行為困擾程度	1956	1.31	0.81
72	家人與家族近親爭吵困擾程度	1956	1.31	0.74
73	與父母爭吵困擾程度	1954	1.31	0.69
74	損壞公家車輛等高價值裝備困擾程度	1950	1.3	0.8
75	女(男)朋友移情別戀困擾程度	239	1.29	0.81
76	配偶與公婆(岳父母)爭吵困擾程度	1682	1.28	0.77
77	家族有人經營事業失敗困擾程度	1955	1.28	0.72

78 暗戀異性不敢或無法表達愛意困擾程度	1951	1.27	0.72
79 家人打官司(含拘押或監禁)困擾程度	1950	1.2	0.7
80 因工作涉訟困擾程度	1956	1.2	0.7
81 女(男)朋友重病或重傷住院困擾程度	241	1.2	0.66
82 配偶流產困擾程度	1700	1.17	0.62
83 喜歡上異性但被拒絕困擾程度	1954	1.16	0.54
84 兄弟姊妹私自與人結婚或同居困擾程度	1895	1.15	0.55
85 女友(本人)懷孕或墮胎困擾程度	244	1.14	0.59
86 被性騷擾困擾程度	1954	1.12	0.52
87 父母離婚或分居困擾程度	1950	1.11	0.51
88 本人與岳父母(公婆)爭吵困擾程度	1686	1.1	0.44
89 本人離婚或分居困擾程度	1699	1.1	0.53
90 本人有外遇困擾程度	1703	1.08	0.42
91 兒女逃學或逃家困擾程度	1680	1.06	0.42
92 喜歡同性但不敢公開困擾程度	1952	1.06	0.36
93 子女死亡困擾程度	1678	1.05	0.41
94 配偶死亡困擾程度	1652	1.04	0.35

4

二、警察人員長期心理困擾排行榜與分析

而長期生活困擾事件中，感受程度最嚴重的前五名依序為：1、警察改革跟不上社會腳步。2、警察社會地位低。3、公權力不彰。4、媒體對警察負面評價。5、民眾對警察負面評價。茲將分析結果表述如表 6.1.2。

在不同屬性警察人員長期困擾事件衝擊程度差異的分析中，研究發現，在性別屬性及工作內容屬性的 t 檢定結果顯示，男性警察人員的長期困擾，顯著高於女性警察人員，而外勤警察人員在這個量表上的得分，亦顯著高於內勤警察人員。此外，結果顯示，在 14 個警察人員基本屬性上，只有在子女數及服務單位調整次數這兩個屬性上，變異數分析未達顯著，其餘屬性變異數分析結果皆達 0.05 顯著水準。

在不同年齡分組的比較上，研究發現，26~40 歲的員警，其長期困擾顯著高於 46 歲以上的警察人員，此外，26~30 歲的警察人員，亦顯著高於 41~45 歲者，而 41~45 歲的警察人員，則顯著高於 56 歲

以上的警察人員。工作性質屬性上，事後比較發現，行政警察人員的長期困擾，顯著高於保安警察人員及專業警察人員。

在派出所執勤的警察人員部分，其長期生活困擾最高，且顯著高於其他單位，諸如：警察局、分局、保警總隊等。而分局的警察人員，其長期困擾僅次於派出所警察人員，且顯著高於警察局的警察人員。在不同官階的比較上，基層警察人員的長期困擾，顯著高於警官，而初階警官的困擾，又高於高階警官。年資不同的警察人員，其長期困擾亦會不同，其中，6~20年的警察人員，其困擾顯著高於26年以上者，而以6~10年的警察人員，尤為顯著。

在不同婚姻狀況的比較中，非已婚或未婚狀況的警察人員，其長期生活困擾顯著高於已婚警察人員。而在六歲以下子女數的比較中，研究結果顯示，有一個或兩個六歲以下子女的警察人員，其長期困擾顯著高於無六歲以下子女的警察人員。在不同家庭型態警察人員長期困擾的事後比較中發現，大家庭的警察人員較小家庭的警察人員所受的整體衝擊為大。

長期生活困擾量表的分析結果，警察教育程度越高者，其長期困擾較低，其中，警察特考班、甲種警員班和專科警員班警察人員的困擾，顯著高於警察大學專修班以上的警察人員。不同宗教信仰在長期困擾的比較上，有達顯著差異，但事後比較中，各類別間未達顯著差異。

長期困擾事件各分量表在不同警察屬性上的差異大致上與總量表相同。值得注意的地方是，在「組織制度」分量表中，與總量表不同的是，婚姻狀況及家庭型態各類別比較未達顯著水準，其餘屬性的檢定結果及事後比較與總量表類似。而「組織管理」分量表中，婚姻狀況及家庭型態的變異數分析結果，亦未達顯著。「人際關係」分量表的檢定中與總量表不同的是，年齡、年資、工作性質等三個屬性變異數分析達顯著，但各類別間事後比較差異皆未達顯著。此外，宗教信仰屬性上，各類別平均數差異未達顯著。「評價問題」分量表得分差異上，值得注意的是，不同的工作性質其平均數差異未達顯著；而宗教信仰屬性方面，信仰道教的警察人員，其衝擊程度顯著高於信仰佛教者。

在「工作地點」分量表上，在許多屬性與總量表及其他分量表的檢定結果有所差異，例如：不同工作性質中，保安警察人員、外事警察人員和專業警察人員，顯著高於刑事警察人員，且保安警察人員的得分，又顯著高於行政警察人員，與總量表同屬性之事後比較結果，大不相同。而在服務單位屬性上，亦有所差異，結果顯示，保警總隊之得分顯著高於警察局、分局及派出所的警察人員。在年資分組上的比較，研究者發現，年資 6~10 年之警察人員的長期困擾，顯著高於 11 年以上的警察人員，另外，1~5 年及 11~15 年的警察人員，其得分顯著高於 26~30 年者。不同婚姻狀況屬性比較上，結果發現，未婚員警得分顯著高於已婚員警。子女數不同，在此分量表的得分上也有差異，家中有一個子女的警察人員，長期困擾顯著高於有三個以上子女者，而有兩個子女的警察人員，其得分顯著高於有四個子女的警察人員。在警察教育程度的比較上，值得注意的是，甲種警員班的長期困擾，顯著低於專科警員班者，且與教育程度在警察大學以上的員警之間，並無顯著差異。另外，不同宗教信仰在此分量表的得分差異，未達顯著。

表 6.1.2 我國警察人員日常心理困擾排行榜

事件	個數	平均數	標準差
1 警察改革跟不上社會腳步困擾程度	1956	2.88	1.08
2 警察社會地位低困擾程度	1957	2.72	1.10
3 公權力不彰困擾程度	1954	2.58	1.18
4 媒體對警察負面評價困擾程度	1956	2.55	1.05
5 民眾對警察負面評價困擾程度	1954	2.44	1.02
6 重要節日因工作無法返家困擾程度	1955	2.35	1.10
7 勤務制度不合理困擾程度	1954	2.34	1.13
8 升遷不公平困擾程度	1948	2.26	1.14
9 要求工作績效困擾程度	1953	2.22	1.07
10 法律知識欠缺困擾程度	1957	2.20	.97
11 工作時間太長困擾程度	1949	2.18	1.11
12 專業知識不足困擾程度	1952	2.17	1.01
13 上級要求取締事項與民情不符陷於兩難困擾程度	1956	2.15	1.10

14	應勤裝備不全困擾程度	1951	2.11	1.07
15	要求不一致困擾程度	1954	2.10	1.08
16	扮演不同角色困擾程度	1950	2.07	1.01
17	長官太情緒化困擾程度	1954	1.99	1.08
18	部屬素質不佳或能力不足困擾程度	1196	1.98	1.01
19	獎懲不合理困擾程度	1956	1.97	1.04
20	上級刁難困擾程度	1957	1.96	1.05
21	擔心考績困擾程度	1955	1.95	1.07
22	超勤津貼發放不公平困擾程度	1952	1.92	1.13
23	長官不夠專業困擾程度	1952	1.91	1.04
24	沒時間進修困擾程度	1957	1.91	.99
25	辦公室老舊困擾程度	1955	1.86	1.07
26	工作量大困擾程度	1959	1.86	.99
27	離鄉背景困擾程度	1956	1.71	1.05
28	長官調動頻繁困擾程度	1953	1.70	.92
29	工作乏味困擾程度	1958	1.68	.93
30	住離上班地點太遠困擾程度	1957	1.68	.97
31	休假不正常困擾程度	1957	1.59	.90
32	請調不如願困擾程度	1958	1.56	1.01
33	被評鑑不良困擾程度	1959	1.49	.87
34	經濟不佳困擾程度	1959	1.47	.78
35	不喜歡警察工作困擾程度	1954	1.46	.79
36	住不安靜困擾程度	1959	1.38	.71
37	與長官關係不和困擾程度	1957	1.38	.71
38	常與民眾發生衝突困擾程度	1958	1.34	.58
39	住太擁擠困擾程度	1956	1.31	.65
40	與同事不和困擾程度	1957	1.27	.55
41	無朋友商量困擾程度	1957	1.25	.58
42	朋友對我的問題沒興趣困擾程度	1958	1.24	.53
43	配偶不關心我困擾程度	1934	1.18	.53
44	與配偶關係不睦困擾程度	1928	1.15	.48

45	與近親關係不睦困擾程度	1956	1.14	.41
46	與兄弟關係不睦困擾程度	1952	1.12	.39
47	與朋友關係不睦困擾程度	1958	1.12	.37
48	親子關係不睦困擾程度	1932	1.10	.35
49	家人反對我結婚對象困擾程度	1929	1.09	.39
50	與父母關係不睦困擾程度	1956	1.09	.35
	有效的 N (完全排除)	1102		

柒、研究比較與建議

根據本研究之結果，與過去相關文獻加以比較，說明是否支持研究假設。大體而言，警察人員之日常生活困擾，大多來自「管理問題」與「勤務執行」此兩項與工作相關的因素，具體事件如「與差勁長官共同執勤或共事」、「放假被召回服務」、「執行路檢盤查」等；而長期生活困擾方面，影響較大的事件，大多屬於「組織制度」、「組織管理」這兩個與工作有關的因素。因此警察的困擾與其工作相當具有關聯。

在不同屬性之警察人員日常與長期生活困擾的比較中發現，男性警察人員高於女性警察人員；行政警察人員高於其他工作性質的警察人員；外勤警察人員顯著高於內勤警察人員；相對於警察局和保警總隊的警察人員，隸屬於派出所與分局的警察人員，顯得有較嚴重的生活困擾；官階越高，困擾程度越低；離婚、同居、分居、鰥寡、再婚等警察人員之生活困擾較大；六歲以下子女數越多的警察人員，其生活困擾越大；教育程度越高的警察，生活困擾越低。此外，家庭型態為折衷家庭的警察，其日常生活困擾顯著高於小家庭的警察；而大家庭的警察人員，其長期生活困擾顯著大於小家庭的警察。在年齡和年資方面的比較上，研究發現，年齡和年資中等(大約 26~45 歲，任職 6~20 年)的警察人員，其生活困擾遠比新進或即將退休之警察為大。其中，性別、工作內容、婚姻狀況、宗教信仰等基本屬性上的研究結果，與林錦坤(1999)相同，但在以下屬性上，卻與其他研究不一致：一、年齡年資方面，林錦坤(1999)、楊國展(1995)及 Horowitz (1973) 等人之研究結果為，30 歲以下警察人員或年資五年以下之警察人員感受到之生活困擾較大，而本研究結果則認為，新進警察人員與即將

退休的警察人員困擾感受較小，原因為何？尚待後續研究深入探討。二、服務單位方面，在林錦坤(1999)的研究中顯示，保一總隊和派出所的警員，較其他單位感受到較大的困擾，但本研究卻顯示，派出所警員和分局警察人員感受之困擾，顯著大於保警總隊之員警。三、不同工作性質之警察人員中，本研究調查之結果為，行政警察人員之困擾最大，與林錦坤的研究(保安警察人員困擾最大)不一致。四、服務單位調整次數部分，在本研究中並未影響其生活困擾感受，但林錦坤所得之研究結果，則認為調整次數越多者，生活困擾感受越大，此部分尚待後續研究予以探討。五、教育程度部分，楊國展(1995)及其他國外相關研究顯示，警察人員教育程度越低者，其生活困擾越大，本研究亦證實此點，惟林錦坤之研究結果，無明顯差異。

根據研究結果與實務現況，本文謹提出下列四項建議：(一)強化專業信賴的警察諮商體系。(二)建構人性化與合理的警勤管理。(三)強化警察人員的社會支持網絡。(四)合理滿足警察人員的基本需求。

參考書目

中文部分

- 于文正(1980)。困擾知覺、因應策略與個人憂鬱程度的關係。
國立台灣大學心理學研究所碩士論文，未出版。
- 內政部警政署 2004 年 3 月份員警自殺事件統計分析表。
- 內政部警政署 2004 年 3 月份員警罹患或疑似精神異常人數調查
統計表。
- 吳學燕(1995)。警察的困擾與管理。警學叢刊，25(4)，3-21。
- 李引玉(1992)。情感性障礙病人護理。載於鍾信心、周照芳編著：
精神科護理學。台北市：華杏書局，頁 149-166。
- 周勵志(2001)。警察困擾分析。台北市：內政部警政署。
- 林文祥(1982)，台灣地區基層員警工作滿足之研究。中央警察大
學警政研究所碩士論文，未出版。
- 林錦坤(1999)。台灣地區基層警察人員自殺傾向影響因素與預防
對策之研究。中央警察大學犯罪防治研究所碩士論文，未出
版。。
- 胡幼慧(1995)。社會支持與健康。載於胡幼慧編著：社會流行病
學。台北市：巨流出版社。
- 胡海國(2002 年 2 月 14 日)。無端煩惱泛焦慮症。聯合報，34 版。
- 胡淑媛(1992)。青少年自殺傾向相關因素之研究。私立文化大學
兒童福利研究所碩士論文，未出版。
- 孫敏華(1997)。自我傷害的困擾源、癥兆原因及防治措施之研究
—以軍事組織為例。台北市：大航家出版公司。
- 馬振華(1991)。警察的工作困擾問題及對諮商輔導的意見。警光
雜誌，422，13。
- 高曉寧(1995)。警察人員諮商輔導制度之研究。中央警察大學警
政研究所碩士論文，未出版。
- 張平吾、曾豐端(1993)。從自殺理論探討我國員警自殺相關因素
及其防制對策。警學叢刊，23(3)，67-80。
- 張天鈞(2003)。治療憂鬱，如何減少副作用。當代醫學，30(1)，
2。
- 張明永、蘇美卿(1999)。警察人員身心健康狀況及其相關因素之
探討——以高雄港警所員警為例。私立高雄醫學院行為科學研
究所碩士論文，未出版。

- 張錦麗(1998)。影響基層員警適應與求助因素的探討。警專學報，2(4)，61-84。
- 曹爾忠(1983)。基層員警(隊)員工作困擾之研究。中央警察大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版。
- 許秀琴(1985)。台北市警察家庭之調查研究。中央警察大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版。
- 陳石定(1993)。警察心理困擾與危機調適之探討。警專學報，6，23-49。
- 陳明傳(1993)。論警察的工作困擾。警學叢刊，24(2)，3-16。
- 陳俊欽(2003)。憂鬱與焦慮有什麼不同。健康世界，327，42-44。
- 陳清芳(2003)。老年憂鬱與睡眠障礙。常春月刊，238，86。
- 陳婷婷(1995)。醫學院學生自殺意念、問題解決能力、社會支持及無望感關係之研究。私立高雄醫學院行為科學研究所碩士論文，未出版。
- 陳斐鈴(1992)。警察職業倦怠之探討。警學叢刊，22(3)，57-62。
- 湯華盛、葉英昆(2003)。泛焦慮症之社區流行病學。當代醫學，30(2)，119-123。
- 黃子恩(1992)。憂鬱傾向與非憂鬱傾向大學生之負向想法、轉移策略之比較。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。
- 葉英坤、文光榮、胡海國(民 68)。臨床身心醫學。台北，大林書局。
- 楊國展(1995)。警察工作困擾與適應之調查研究。中央警官學校警政研究所碩士論文，未出版。
- 楊慶裕(1997)。警察人員家庭與工作角色衝突之研究。中央警察大學警政研究所碩士論文，未出版。
- 廖克玲等譯(1982)。馬丁原著。焦慮與精神官能症。台北市：桂冠圖書股份有限公司。
- 劉安真(1992)。大學生生活事件、寂寞感與自殺意念之相關研究。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文，未出版。
- 蔡德輝(1993)。基層員警對工作環境及家庭生活之適應問題。台北市：行政院研考會。
- 蔡素玲(1997)。表少年依附品質、社會支持與自殺傾向之研究。國立彰化師大輔導學系碩士論文，未出版。
- 賴美娟(1997)。高雄市基層警察工作困擾、休閒活動參與現況。

中央警察大學學報，31，203-226。

闕可欣(1999)。某都會地區警察工作困擾源及憂鬱情之探討。私立高雄醫學護理研究所碩士論文，未出版。

蘇東平(1982)。生活困擾與疾病。臨床醫學，9，303—310。

饒雅萍(1992)。情感性疾病患者。載於毛家舫編著：實用精神科護理。台北：華杏書局。

英文部份

- Andrews, G., Tennant, C., Hewson, D. M. & Vaillant G. E. (1978). Life events stress, Social support, coping style ,and risk of psychological impairment. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 166, 307-316.
- Anshel, M. H., Robertson, M., and Caputi, P. (1997). Sources of acute stress and their appraisals and reappraisals among Australian police as a function of previous experience. *Journal of Occupational Psychology*,70,337-356.
- Beck, A. T.(1967). *Depression : clinical, experimental , and theoretical aspects*. New York : Harper & Row.
- Braddburn, Norman M.(1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago, IL : Aldine ◦
- Brown, J. M. and Campbell, E. A. (1990). Sources of occupational stress in the police. *Work and Stress*,4,305-318.
- buffering hypothesis. *Psychological Bulletin* ,98,23-44.
- Boyd, J. H., & Weissman, M. M.(1985). Epidemiology of affective disorders : A reexamination and future directions. *Archives of General Psychiatry*,38,1039-1046.
- Campbell, Angus, Philip E. Converse and Willard L. Rodgers(1976). *The Quality of American Life*. New York : Russell Sage ◦
- Dohrenwend , Bruce P. and Barbara S. Dohrenwend(1969). *social status and psychological disorder : A causal inquiry*. New York : Wiley.
- Gong - Guy, E. & Hammen, C. L.(1980). Causal perceptions of stressful events in depressed and nondepressed outpatients. *Journal of Abnormal Psychology*, 89, 662-669.
- Gove, Walter R., James McCorkel, Terry Fain and Michael D. Hughes(1976).”Response Biass in C ommunity Surveys of Mental Health : Systemactic Bias or Random Noise ?” *Social Science and Medicine* ,10,497 — 502 , ◦
- Gurin, Gerald G. , Joseph Veroff and Sheila Feld.(1960). *Americans view their mental health*. New York :Basics Books.
- Hammen. C.(1991). *Depression runs in families*. Spinger-Verlag New

- York Inc.
- Hammen, C. L. & Cochran, S. D. (1981). *Cognitive correlated of life stress and depression in college.*
- Hiday, Virginia A.(1980). “View from the Front Line : Diagnosis and Treatment of Mental Health Problems Among Primary Care Physicians.” *Social Psychiatry*,15,131 – 136 °
- Holahan, C. J. & Moos, R. H. (1981). Social support ad psychological Distress : A longitudinal analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 365-370
- James D. Sewell(1983) : “The development of a critical life events for law enforcement “,*Journal of police science and administration*, 11(1),109-116.
- John G. Stratton(1981)."Pressure in Law Enforcement Marriage : Some Conditions ",in Leonard Territo and Harold J. Vetter (eds.) ,*Stress and Police Personnel* ,Boston Allyn and Bacon,Inc..
- John Mirowsky Catherine E. Ross (1989). *Social causes of psychological distress.* New York: Aldine de Gruyter.
- Kirkcaldy, B. D. Cooper, C. L., and Ruffalo, R. (1995). Work stress and health in a sample of U.S. police. *Psychological Reports*, 76, 700-702.
- Lazarus, R. S. & Eriksen, C. W.(1952) : Effects of failure stress upon skilled performance. *J. exp. Psychol*, 43,100-105.
- Leighton A. H.(1963). *The character of danger : Stirling County Study*, Vol. 3. New York : Basic Books.
- Locke, Ben A. and E. A. Gardner(1969). “Psychiatric Disorders Among the Patients of General Practioners and Internists.” *Public Health Reports* ,84,167-173 °
- Myers, Jerome K. , Jacob J. Lindenthal and Max P. Pepper(1971). “Life events and psychiatric impairment.” *Journal of Nervous and Mental Disease* ,152, 149-157.
- Platt, J. J., & Eisenman, R.(1968). Internal –External control of reinforcement, time perceptive, adjustment, and anxiety. *The Journal of General psychology*, 79,121-128.
- Ray, W. J., & Katahn, M.(1968). Relation of anxiety to locus of control. *Psychological Reports*, 23,196.

- Ross, Catherine E. and John Mirowsky(1987).” Normlessness, Powerlessness, and Trouble with the Law.” *Criminology*,25,257-278 ◦
- Ross, Catherine E. and John Mirowsky(1984a).”Components of Depressed Mood in Married Men and Women : The Center for Epidemiologic Studies’Depression Scale.” *American Journal of Epidemiology* ,119,997 – 1004 ◦
- Ross, Catherine E. and John Mirowsky(1984b). ”Socially-Desirable Response and Acquiescence in a Cross-Cultural Survey of Mental Health.” *Journal of Health and Social Behavior* ,25,189 – 197 ◦
- Srole, Leo, Thomas, S. Langner, S. t. Michael, M. D. Opler and Rennie T. C. (1962). *Mental health in the metropolis : The Midtown Manhattan Study*, Vol. 1. New York: McGraw-Hill.
- Warheit, George J. , Charles Holzer and John L. Schwab(1973). “An analysis of social class and racial differences in depressive symptomatology : A community study.” *Journal of Health and Social Behavior*,4,291-299.
- Watson, D. (1967). Relationship between locus of control and anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology* , 6 , 91-92.