

114 年公務人員特種考試一般警察人員考試試題

等 別：一般警察人員考試
類 科：三等考試
類科組別：行政警察人員、犯罪防治人員預防組
科 目：心理學

蕭逸老師解題

一、成長、維持與失去是三個動態且交互影響的規則，試說明如何以此三個規則解釋人生全程發展歷程的關鍵因素。(25分)

【解題關鍵】

1. 《考題難易》★★★★
2. 《破題關鍵》本題考了不常見的人生全程發展歷程，因此若沒有背到相關學說的人，只能望文生義書寫，但建議即便如此，真正答題時，還是可以硬是套入一些一定有背過的東西，像是 Piaget 與 Erikson。
3. 《使用學說》Baltes 提出的「選擇性優化與補償理論 (Selective Optimization with Compensation, SOC) Piaget 與 Erikson

【擬答】

前言：人生的發展是一個動態變化的歷程，而「成長 (growth)」、「維持 (maintenance)」與「失去 (regulation of loss)」三個規則，正是由發展心理學家 Paul Baltes 提出的「選擇性優化與補償理論 (Selective Optimization with Compensation, SOC)」核心架構之一，用來理解個體在整個生命週期中如何因應發展性任務與挑戰。這三個發展規則彼此交互影響，共同構成人類生命全程發展的關鍵過程，下述申論之。

(一)成長 (Growth)

1. 定義：此規則強調個體能力、知識、技能等隨時間提升的過程，是發展初期的主要驅動力量。
2. 心理學理論：根據皮亞傑 (Jean Piaget) 的認知發展理論，兒童會隨年齡出現感覺動作期、前運思期、具體運思期與形式運思期等認知成長階段。
3. 實例說明：青少年時期透過教育系統學習數理與語文邏輯、參與社交互動發展自我概念與社會技能，皆屬成長過程。

(二)維持 (Maintenance)

1. 定義：此規則指的是當個體到達某一功能高峰後，需投入資源維持其現有功能與功能，以防止退化或喪失。
2. 心理學理論：Erikson 的心理社會發展理論中，中年期的發展任務為「生產性對停滯」，即強調維持社會角色與責任感，並積極貢獻社會，否則將感到空虛停滯。
3. 實例說明：一位成年警察需持續訓練體能與戰技，維持職能與專業表現；一位中年父母則持續調整親職方式以因應孩子的成長變化。

(三)失去 (Regulation of Loss)

1. 定義：隨著年齡增長，生理或心理功能難以完全維持，因此個體必須學會面對功能衰退、資源減少的現實，並進行補償或調整策略。
2. 心理學理論：Baltes 的 SOC 理論指出，個體會透過「選擇性聚焦 (selection)」、「優化 (optimization)」與「補償 (compensation)」三機制，來調節失去帶來的挑戰。例如：年長者失去敏捷度後，可能透過增加計畫時間或使用輔具來完成

任務。

3. 實例說明：老年人可能因聽力退化而減少參與社交活動，這時可以透過學習讀唇技巧或使用助聽器來補償功能流失，維持生活品質與自尊。

(四)三規則的交互歷程與整合：

1. 三項規則在不同人生階段會以不同強度交互運作。例如：

- (1) 幼兒與青少年以「成長」為主，並逐步學習「維持」個人成就。
- (2) 成年期則是「成長」與「維持」並重，強調角色責任與能力延伸。
- (3) 高齡期則轉向「維持」與「失去調節」為主，透過心理適應力應對功能衰退。

2. 整體意涵：

根據生命全程發展觀 (Life-Span Developmental Perspective)，人類在不同年齡階段需動態調整三種規則的比重與資源配置，才能實現發展任務的最佳化與生活品質的提升。

結語：「成長、維持與失去」並非單一、線性發展的規則，而是構成人類一生發展歷程中動態且交互作用的關鍵機制。透過發展心理學的視角，我們能更深入理解個體如何因應不同階段的發展需求與挑戰，從而設計出更有效的生涯規劃、教育策略與老年支持制度。

二、請說明「猝睡症」的主要症狀。(25分)

【解題關鍵】

1. 《考題難易》★★★★★
2. 《破題關鍵》本題考的非常的偏，應該不會有同學背到猝睡症。本題毫無方法，就能一翻兩瞪眼，有背到診斷就有分，沒有的話，只能亂寫症狀猜猜看了。
3. 《使用法條》or《使用學說》DSM-5-TR 與 ICD-11

【擬答】

前言：猝睡症在臨床實務上有其特殊性與重要性，以下將針對其定義與特性、症狀與診斷，還有及其在心理學上的後果等申論之。

(一)猝睡症的定義與臨床特性

1. 猝睡症 (Narcolepsy) 是一種慢性神經性睡眠障礙，主要特徵是白天過度嗜睡 (excessive daytime sleepiness, EDS) 與突發性入睡發作，其成因與腦中催產素神經元 (hypocretin neurons) 失調或缺失有關。這類神經元主要調控覺醒與睡眠週期，位於下視丘。
2. 根據美國精神醫學學會之《精神疾病診斷與統計手冊第五版修訂版 (DSM-5-TR)》及世界衛生組織之《國際疾病分類第 11 版 (ICD-11)》，猝睡症已被明確列為中樞性嗜睡症 (central hypersomnolence disorder) 之一，屬於睡眠-覺醒障礙類。

(二)猝睡症的主要症狀

根據 DSM-5-TR (美國精神疾病診斷準則)，診斷猝睡症的主要症狀必須符合下列標準：

1. 核心診斷標準 (需出現至少 每日經驗過度嗜睡 ≥ 3 個月以上)：

以下五項中需符合至少一項：

- (1) 每日反覆的猝睡發作，即在不適當的情境中突發進入睡眠，一天中數次、持續至少三個月。

(2)猝倒症 (Cataplexy)：

①對於 1 型猝睡症 (narcolepsy type 1)，病人會因情緒激動 (如大笑、生氣) 而突然失去肌肉張力 (肌肉癱瘓)，但意識清醒。

②為猝睡症最具代表性的症狀之一。

(3)多次睡眠潛伏期測試 (MSLT) 中進入快速動眼期 (REM) 時間異常：平均入睡潛伏期 ≤ 8 分鐘，並有 ≥ 2 次進入 REM 期 (Sleep Onset REM Periods, SOREMPs)。

(4)腦脊髓液中催產素 (Hypocretin-1) 濃度異常低下：僅在 1 型猝睡症中觀察到。

(5)入睡幻覺 (Hypnagogic hallucinations) 或 睡眠癱瘓 (Sleep paralysis)：

①入睡時或剛醒來時出現生動的視覺、聽覺幻覺。

②睡醒瞬間無法說話或動作，時間短暫但令人極度不安。

(三)根據 ICD-11 的診斷說明

根據 ICD-11 (國際疾病分類第 11 版)，猝睡症被編碼為 7A61 Narcolepsy，分為以下兩型：

1. Narcolepsy Type 1 (1 型猝睡症)：明顯嗜睡、猝倒症與催產素缺乏。

2. Narcolepsy Type 2 (2 型猝睡症)：無猝倒症，催產素濃度正常，但仍有白天嗜睡與入睡異常。

ICD-11 將此病列為一種腦部睡眠-覺醒機制失調，且須排除其他病因 (如睡眠呼吸中止症或精神障礙)。

(四)心理學角度的延伸說明

猝睡症雖然主要為神經生理問題，但其對心理健康與社會功能影響重大，常伴隨以下心理社會後果：

1. 焦慮與憂鬱症狀：因無法預測何時發作，造成焦慮、社交退縮，易伴隨憂鬱症出現。

2. 職能與學習表現受損：白天注意力無法集中，影響認知功能、記憶、學習與職場表現。

3. 自我概念受挫：長期遭遇誤解或歧視，可能導致低自尊、社會孤立、適應障礙。

4. 無力感的惡性循環：根據認知行為理論 (Cognitive Behavioral Theory)，患者可能產生「無力掌控自己身體」的災難性信念，進一步惡化焦慮與失能感。

結語：猝睡症為一種慢性但可診斷與管理的睡眠障礙。對於犯罪防治與警察人員來說，了解此一疾病不僅有助於協助社會脆弱群體，也有助於：辨識疑似病症而非異常行為的個案 (如誤認為吸毒、酗酒或怠惰)，並配合社福或醫療體系，轉介至適當資源，達成多元預防。

三、印象形成的連續歷程模型是主張對目標人物的印象從刻板印象到個別化的連續訊息處理，試說明此連續歷程模型中，分類與整合如何對印象進行連續塑造。(25 分)

【解題關鍵】

1. 《考題難易》★★★★★

2. 《破題關鍵》本題考得非常細緻，多數同學可能都沒有讀過，那若在考場真遇到，就只能想辦法從認知心理學那張著手去書寫。建議也可以從社會心理學的刻板印象之形成去組織答案。

3. 《使用學說》Fiske 與 Neuberg 的「印象形成的連續歷程模型 (Continuum Model of Impression Formation)

社會認知心理學與動機理論

【擬答】

前言：在社會互動中，我們經常會對他人迅速形成印象，而印象形成過程涉及一連串的認知運作，以下將詳述印象形成的連續歷程模型及其運作原理，並特別聚焦在分類與整合的運作。

(一) 印象形成與連續歷程模型簡介

1. 提出者：由 Fiske 與 Neuberg 在 1990 年所提出的「印象形成的連續歷程模型 (Continuum Model of Impression Formation)」。
2. 主張：個體對他人的印象並非一次成形、也非單一策略，而是隨著資訊增加而從類別化 (categorization) 到個別化 (individuation) 的連續性歷程。
3. 該模型發現：初期的印象多以刻板印象為主，但在特定條件下，個體會放棄刻板印象，轉而使用更多認知資源對對方進行個別化評估。
4. 整合的心理學理論：該模型整合了社會認知心理學與動機理論，解釋人們如何根據情境與動機調整印象形成的深度與精細度。

(二) 分類階段 (Categorization) —— 刻板印象的啟動與套用

1. 出現階段：「分類」為印象形成歷程的初始階段。
2. 運作原理：人們在面對陌生人時，會根據表面線索 (如：性別、年齡、種族、制服、語調等) 迅速將對方歸類於某一社會類別，並根據該類別所對應的「刻板印象」進行解釋與預期行為。
3. 舉例：一名警員在街頭攔查過程中遇見穿著黑色帽 T、刺青青少年，可能迅速歸類為「幫派成員」，進而產生負面偏見。
4. 心理學概念補充：此階段牽涉到圖式 (schema) 啟動與啟動理論 (priming)，也可連結自動加工歷程 (automatic processing)，屬於快速但可能偏誤的判斷。

(三) 整合階段 (Individuation) —— 個別特徵的整合與修正印象

1. 出現階段：當個體具有足夠動機與認知資源，並且發現刻板印象無法合理解釋觀察到的行為時，就會進入整合階段 (individuation)。
2. 運作原理：在此階段，觀察者會主動尋找並分析對方的個別特徵 (如：談吐、行為、能力、態度)，並重新調整原有印象。
3. 舉例：若該名青少年與警員談話時展現出理性、禮貌且配合的態度，警員可能逐漸放下刻板印象，依據對方的真實表現修正原有偏見。
4. 心理學概念補充：此階段涉及控制性加工歷程 (controlled processing)，是耗費認知資源的評估歷程。也可與社會知覺中「歸因理論 (attribution theory)」相互對應，強調對行為原因的細緻推斷。

(四) 分類與整合的連續互動 (從自動化到個別化)

本模型強調，分類與整合並非兩個對立的歷程，而是一個連續光譜 (continuum)，個體會根據以下因素調整判斷策略：

1. 觀察者動機 (如：精確動機、關係建立動機)：有高度動機去認識對方 → 傾向個別化評估。
2. 認知資源是否充足 (如：疲憊、壓力)：若忙碌、壓力大 → 易倚賴分類策略。
3. 目標人物行為是否與刻板印象相符：當觀察到不符預期的行為時 → 有機會轉向

整合歷程。

整體來說，印象塑造會從「快速分類」逐漸轉為「細緻整合」，形成動態調整機制。結語：印象形成的連續歷程模型，揭示了人類如何在初次互動中平衡認知效率與準確性。分類階段雖有助於迅速反應，但也可能導致偏見與誤判；而整合階段雖耗時耗力，卻能建立更真實的認知。對於警察或犯罪防治人員而言，理解此模型不僅有助於改善對青少年、弱勢族群的偏見認知，也有助於建立更加公正與有效的執法互動。

你一定要知道 秘 最有效上課模式

多元學習 完美上榜

上榜第1式 親臨現場 便利複習
面授 x 雲端複習 or 到班複習
以面授為主的學習模式
雙效學習最佳選項，實體為主、線上為輔
能享有面授臨場互動與線上便利複習

上榜第2式 輕鬆自在 自主掌控
函授 x 面授
以函授為主的學習模式
再搭配弱科旁聽面授，課程重點再加強
不用擔心缺乏與老師互動的機會，兼具二者優勢

上榜第3式 扎穩學習 強化實力
面授 or 視訊 x 函授
以面授或視訊為主的學習模式
• 第一年面授或視訊為主，打穩學習基礎
• 第二年函授加強複習

上榜第4式 靈活便利 彈性學習
視訊 x 雲端複習
以視訊為主的學習模式
白天到班使用視訊自律學習
夜間利用雲端再加強，彈性安排更有效率

四、試解釋「能力—環境壓力模式」的兩種基本方式。(25分)

【解題關鍵】

1. 《考題難易》★★★★
2. 《破題關鍵》本題需要深入理解「能力—環境壓力模式」。透過詳細闡述該模式的內涵，並舉例說明，才可以拿到高分。
3. 《使用學說》Competence-Environmental Press Model

【擬答】

前言：壓力的來源與因應經常被心理學作討論，以下將詳細討論何謂「能力—環境壓力模式」，以及其的應用。

(一)能力—環境壓力模式 (Competence-Environmental Press Model)

1. 提出者：由心理學家 Lawton 與 Nahemow 於 1973 年提出。
2. 所屬領域：屬於發展心理學與環境心理學中的重要理論，常應用於解釋老年人、弱勢者或特定族群在特定環境中的適應行為。
3. 主張：個體的行為與適應是能力與環境壓力交互作用的結果。
 - (1)「能力 (competence)」指的是個體在身心、認知、社交等方面的功能狀態。
 - (2)「環境壓力 (environmental press)」則指的是外在環境對個體提出的需求、挑戰或壓力。

4.本模式核心概念是：當個體能力與環境壓力達成「最佳平衡區 (zone of maximum performance potential)」時，適應效果最佳。

(二)兩種基本方式說明

此模式中有兩種基本調適方式，分別是「改變環境以配合能力」與「提升能力以應對環境」，兩者為適應壓力與提升福祉的重要策略：

1.方式一：改變環境以配合能力（環境調整）

(1)主張：當個體能力有限或下降時（如老年人、身心障礙者、少年受刑人等），可透過降低環境要求或提供支持性設施來減少壓力，提升適應性。

(2)應用舉例：

①針對高齡犯或認知功能退化的受刑人，矯正機構可調整作息規律、設置扶手、降低程序複雜度。

②對於高風險青少年，在安置機構中提供心理輔導與穩定學習環境，減少刺激與誘惑。

(3)心理學概念連結：

①屬於環境導向介入 (environmental modification)，強調外部改變可促進適應。

②呼應 Lewin 的場域理論 (Field Theory)：行為是個體與環境的交互結果 ($B = f(P,E)$)。

2.方式二：提升能力以應對環境（能力提升）

(1)主張：此方式強調，透過訓練、治療、教育或心理支持等方式提升個體的認知、情緒、自我控制與社會技巧等能力，使其能更有效地因應外界環境壓力。

(2)應用舉例：

①少年觀護處可透過團體治療、社交技巧訓練、情緒管理課程，強化其自我控制能力與人際調適。

②對於戒毒犯或更生人，透過職能訓練與支持團體提升其生活能力與自信心，以利回歸社會。

(3)心理學概念連結：

①呼應自我效能理論 (Bandura)，強調提升個人能力可增加自信與行動力。

②也可連結復原力 (resilience) 理論，強化個體面對壓力時的適應彈性。

(三)整體概念統整與應用意涵

能力—環境壓力模式提供一個動態互動的視角，理解個體行為與適應並非單靠能力或環境，而是兩者的匹配程度。若環境壓力過高但能力不足，將導致焦慮、挫折與功能退化；反之，環境過於簡單也可能造成無聊與退化。因此，實務工作者需根據個體情況靈活採取雙軌策略：

1.對能力不足者提供環境支持，降低挑戰。

2.對潛能可發展者提供訓練與強化，促進成長。

結語：能力—環境壓力模式提醒我們，應從個體與環境的交互觀點出發，透過「改變環境」與「強化能力」兩種基本方式，使個體能在最佳挑戰水平下發揮最大潛能。

每年萬名上榜生



致勝關鍵!

志光公職 成就幸福 ☆

5大輔考升級 x 模考業界唯一

1 申論升級

強化論述力
解鎖高分密碼!



考試不怕遇到難題
讓你的申論表達
更有力!

2 練題升級

全方位測驗
實戰力MAX!



考場如戰場，提前
適應才能發揮
最佳實力!

3 知識升級

最新重點，考前
衝刺最佳後援!



集結名師、上榜生
智慧，讓你的學習
力大開!

4 解惑升級

考生聯盟集結
考試不孤單!



找到你的考試盟友
備考更有動力!

5 情報升級

即時掌握考情
戰略制勝!



資訊就是武器，
讓你快人一步!



升級不是選項，是標配!

只有我們，做到這麼完整!

▶▶▶ 掃我看更多



警察狀元
培育專家!



近十年締造

警察考試

36大狀元

- 狀元 113三等行政警察 蒲○芸
- 狀元 112三等行政警察 林○慈
- 狀元 111四等行政警察 黃○智
- 狀元 110四等行政警察 陳○仁
- 狀元 109三等犯罪防治(預防) 何○州
- 狀元 107四等水上警察(航海) 王○逸
- 狀元 106三等犯罪防治(預防) 李○佳
- 狀元 105四等行政警察 于○立
- 狀元 104三等犯罪防治(預防) 詹○薇

- 狀元 113三等消防警察 黃○祐
- 狀元 112三等犯罪防治(預防) 翁○虔
- 狀元 111四等消防警察 黃○智
- 狀元 109三等行政警察 鄭○行
- 狀元 108三等警察法制 曾○智
- 狀元 107三等行政警察 喻○華
- 狀元 105三等行政警察 陳○如
- 狀元 105四等消防警察 錢○政
- 狀元 104四等消防警察 杜○翰

- 狀元 113三等警察資管 林○立
- 狀元 112三等行政管理 賴○菁
- 狀元 111三等犯罪防治(預防) 林○璇
- 狀元 109四等行政警察 李○瑄
- 狀元 108三等行政警察 王○瑜
- 狀元 106三等行政警察 彭○如
- 狀元 105三等行政管理 陳○龍
- 狀元 105四等水上警察(輪機) 黃○華
- 狀元 103三等行政警察 楊○涵

- 狀元 113四等消防警察 楊○辛
- 狀元 111三等行政警察 溫○琳
- 狀元 110四等消防警察 林○新
- 狀元 107三等消防警察 傅○軒
- 狀元 109四等消防警察 劉○明
- 狀元 106三等行政管理 吳○名
- 狀元 105三等犯罪防治(預防) 顏○卉
- 狀元 104三等行政警察 吳○哲
- 狀元 103四等消防警察 陳○豪

志光 學儒 成就公職