

黃德馨著

心理衛生與人格培育

商務印書館印行



07513

1947
11/17

心理衛生與人格培養

黃德馨 著

商務印書館印行

序

作者對於心理學素有興趣，并喜研讀衛生書籍，對兒童教育尤爲重視。民國三十二年奉作者在成都金陵大學研究院從事社會福利研究工作，深感心理衛生關係社會進步及人生幸福至爲重大，時與精神病專家程玉厚氏研討，并獲中央大學醫學院附屬醫院精神病療養所研習。最近作者綜合多年來任心理，衛生，兒童教育各方面之心得與經驗著成此書，目的在倡導推行心理衛生，以培育健全的人格。其內容較點爲將精神病理與心理衛生銜於一爐，以防治人類因受心理變態不良的影響而演成生理上人格上之不健全，并希望能夠促進社會進化，避免人生幸福。每次，作者認爲此類工作之實施，應從兒童時代開始，方易收獲良好的效果。錯誤之處，尙祈海內 賢達進而教之，幸甚幸甚！

目錄

前序

第一章 心理衛生與人生幸福

一、能支配自己即幸福

二、為幸福而生活

三、幸福值得我們尋求嗎

四、幸福之科學能否成立

五、個人幸福即社會之幸福

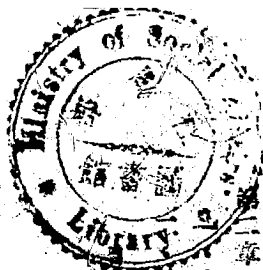
六、個人對社會幸福之責任

七、現代環境與個人之生活

第二章 人為萬物之靈，宇宙之力

生理與心理之關係

精神與肉體之關係



- 三、「完成」——「適應」——「人格」在心理衛生上之解釋.....二一
- 四、行為模式.....二二
- 五、心理衛生如何使人成爲高尚之靈宇宙之力.....二二
- 第三章 心靈生活.....二四
- 一、心靈之組成.....二四
- 二、心靈之界說.....二四
- 三、潛意識之心靈果存在否？.....二六
- 第四章 精神常態型.....二七
- 一、「內在的我」之形像.....二七
- 二、慾念之障礙.....二八
- 三、自我心理分析與心理衛生.....二八
- 四、例外的精神變態.....一九
- 第五章 創造健全的心理衛生.....二〇
- 一、思想與行爲一致.....二〇
- 二、創造健全的心理生活.....二一
- 第六章 情緒衛生.....二三

一、情緒與品質	二二三
二、情緒分析表	二二四
三、情緒之昇化	二二五
四、情緒之抑制	二二七
第七章 「性」與心理衛生	二二七
一、「性」之適應	二二七
二、性問題之合理解決	二二八
第八章 心理衛生與家庭之關係	二二九
一、家庭環境與父母對兒童人格之影響	二二九
二、父母之過慮與過愛	三三〇
三、家庭與心理衛生建設之關係	三三〇
第九章 兒童時代之心理衛生	三三二
一、兒童精神能力之訓練	三三二
二、兒童時代心理衛生應注意之各點	三三三
三、以心理衛生為精神病預防科學	三四四
四、不強迫兒童盲從教訓	三五五

第十章 人格	三六
一、人格之形成	三六
二、人格與自由	三七
三、不健全的人格——自欺欺人	三七
第十一章 不健全的心理研究法	三九
一、基本原則	三九
二、心理不健全的人格研究	四一
第十二章 不健全的心理研究法（續）	四五
一、思想衝突及其原因	四五
二、現代精神病之新觀念	四六
三、心理衛生運動之貢獻	四七
四、由心理不健全所引起之精神病略說	四八
五、健康的心靈	五〇
第十三章 兒童行為問題與心理衛生	五一
一、行為問題之處理	五一
二、殘廢兒童之處理	五四

三、改善方法	五六
四、兒童心理衛生指導所之目的與功能	五七
五、兒童心理不健全所引起之錯亂行爲及其心理病態	五八
六、家庭學校社會對兒童行爲之影響	七四
七、少年犯罪問題	八七
第十四章 人格與行爲之改善方法	八九
一、精神病一般之治療法	八九
二、辦理兒童心理診療所的幾個普通原則	九一
三、直接與間接治療術	九一
四、人格研究概要	九三
五、生理心理之特殊分析法	九八
六、自我適應方法	一〇六
七、人格之完成	一〇八
八、個案研究法概要	一一一
第十五章 人格與行爲之改善方法（續）	一一六
一、兒童行爲分析之價值	一一六

二、人格分析應注意之點	一一七
三、學校社會合作法	一二〇
四、外界協助人格改善的計劃	一二〇
五、心理衛生之預防	一二七
第十六章、智能測驗對心理衛生之應用	一二九
一、造成人格之主要因素	一二九
二、智能測驗之沿革與類別	一三〇
三、智能測驗類別	一三一
四、應用於心理衛生之各種測驗	一三二
第十七章、精神病理與心理衛生	一三三
一、心理衛生選與精神病	一三三
二、精神病學理之沿革	一三四
三、精神病學理與法律	一三五
四、精神病學理與人格	一三七
五、精神病理與心理衛生	一四二
六、神經衰弱與心理治療	一四二

第十八章 心理分析原理	一四七
一、佛洛特氏之心理分析原理及其實施方法	一四七
二、心理分析家應有之修養	一四九
三、心理分析之價值	一五〇
四、其他各派之理論	一五一
五、心理變態之預防	一五二
第十九章 心理分析治療法	一五三
一、精神病院內之心理分析工作	一五三
二、心理分析治療工作八員應有之修養	一五四
三、實施心理分析治療時應注意之點	一五五
四、心理治療機構與其他社會團體之合作	一五七
五、個案紀錄之處理	一五七
六、作者對於兒童行為問題之綜合研究及所採之方法	一五八
第二十章 學校教師家庭訪視法	一六〇
一、家庭訪視者應有之修養及其工作範圍	一六〇
二、訪視教師應注意之點	一六五

第二十一章 心理衛生運動之過去與將來	七一
一、心理衛生運動之過去	七一
二、心理衛生運動工作之貢獻	七二
三、心理衛生之實施方案	七四
四、心理衛生運動之新使命	七五
參考書目錄	七六

——心理衛生的基本原理，就是精神變態之預防，亦即健全人格之培育。——

——惟有實施心理衛生工作者，才可以使精神囚犯，得以在痛苦中解放出來——

在防療工作日臻進步的現代，生理方面，我們似乎比從前有保障了。營養學之釐定，維他命已發現，使醫學有開一新紀元之概；但是人類生活的困苦，仍隨着時代齒輪的輾轉而增加，精神上的紛擾，似乎是永無休止的一日。

最近都市精神療養院之設立，病榻櫛次，與一般醫院迥異，似乎遠不如鄉居的田野生活，可使患者得以怡情悅性，更爲有效。試看我們處於現代文明社會的人，比兩世紀前過着的簡單生活的人，顯然更需要心理衛生的保障。因此，這世界的轉變，與社會複雜的組織，需要我們抖擻精神始能適應，不但對於它的機械化的外形，需要躍進追隨，就是一切言論，信仰與思想，也需要我們內在的能力去理解，否則文化水準愈高，精神病不愈愈之。

全世界的人們大多數在日以繼夜提心吊胆地生活，許多人都是祇問目的，不擇手段，一分鐘都不放過的工作着，他們忽略精神的因素，而樂於成爲物質的囚犯，沒有合理的生活方法，來適應現實環境。這本書的目的，就是要使教育家、衛生醫護工作人員，社會工作者、律師官

更及人生舞台的每一份子，都能得着一個精神健全的概念。從哲學與科學的立場觀之，一種健全精神發展的知識，對人生工作的準備，至為重要。但是所有實施心理衛生工作的教員，心理分析家，社會工作者及護士們必須以身作則，在精神衛生的領域上，自己先把心理衛生的原理實行，而自己本人永遠是一個精神健全者，方能協導他人。

常人對心理衛生運動最合理的批評，就是因為它缺乏實際的技術，作者為適應這要求起見，特將原則與實施方法，相提並論。

心理衛生之事實與理論，可以用個案研究法，使讀者對這問題有具體的領悟，個案工作者必需有職業道德，與職業訓練及健全的精神，然後才可以負起實際的責任。

心理變態之預防，原是這時代急待提倡的任務之一，我們有時責怪着行政當局對經濟危機之無法調劑，而引起人類各種精神紛擾的惡果。其實，怨天尤人，莫如自覺自律。然而不幸，大份高者得此病愈多，根據統計，美國二十人中即有一人曾入精神病院療養，精神病患者比之其他生理的殘疾尤多。這些患者都是教育界或工業界的知名之士，似乎智能愈高者，對於環境愈不善於適應，遂以推行心理衛生工作的人，自己必需先能適應環境，以作精神疾病的預防，然後才有能力負起為他人解脫這種痛苦的能力。

此外，工作者必先在沒有充分了解人類「變態」行為之前，對「常態」人的能力及才幹，與昇於此二者之間的個性差異，應有充分的了解因為變態行為必以常態的事實為發展之基，人

類對世界失去樂觀的意念，也就沒有應付人生的能力，我們的職責，是要使每人順其本性，而恰如其份去享受，個人的錯誤行為，往往是因為對自己的能力，和對社會不能適應所引起。惟有實施心理衛生的工作者，才可以使這些精神囚犯，得以在病苦中解放出來。

這工作不是單純的教育問題，社會問題，或醫學問題，而是宇宙間各種形式式的問題之總匯，我們必需具有生理、心理、社會……等各科的常識，然後始可窺其全豹。

支配自己，以實際經驗培植人格，在人生道上，方有所成，因為世界的一面是充滿了幸福與希望，而另一面則充滿了痛苦與失敗。許多患得患失的人，因為沒有了解這天經地義的哲理，在他的生活中，既不能遊於人外，亦難超於物外，而思以反乎本性，逆天行道，去消滅障礙，自討沒趣的苦悶，從此在不寧的心理生活中滋長了。

雖然科學的進步，可以使我們充分支配物理的世界，但是在精神生活上，科學知識與機械的運用，反使一般人的精神日趨緊張，人格日趨墮落，爲了生活的驅使，呈現着一種多藝適足以奧好的現象。我們身處這樣的時代，和這樣的社會，頗有目迷五色而無從認識已有的趨勢。一切科學文學與藝術，似乎都是時代精神的產品。事實上，時代真正的特質，需要我們用客觀態度去認識。人在從心所欲的處境時，也許可以忘却現實，以爲社會上一切興革，都是他自己力之所及，社會上一切問題，都可完全由他策劃，可以在自覺自識中，領導這繁雜的世界，頗有「力拔山兮氣蓋世」之態，學生的發思，在這種自得的心理生活中支配了他整個的生活，使他無由支配自己了。

二、爲幸福而生活

美國自然科學家常把低等動物的愉快生活作詳盡的研究，在他們的觀察上，發現人類以下的動物生活之進程，是有條不紊，順乎自然，其快樂與幸福，隨生理之進化而增加，人類生存

競爭的方法，則與動物相反，超於水平線上的非凡者，常常會感到智慧就是苦惱之別名，似乎祇有安度原始生活的野人，生命才可以充登自由與幸福。因為在下等動物的社會裏，祇有隨着飢思食渴思飲的衝動而生活，高等動物如人類，則有所選擇、推理、幻想等等精神活動，飲食起居，僅為生活之一環，一切所謂常態型的人，必需身心平衡發展，不像低等動物但知飲食與生養。人類遠承過去精神文化之遺產，決不會願意生活永遠停滯在原人之狀態，而絕不圖謀進步之理。心理衛生之目的，要使人類應順乎本性發展，以身心的能力，適應社會之價值與需要，而精密的計劃着上進的策。

生物學與心理學曾顯示我們，生命是充了「尋求滿足」的動作和表現，在人類的立場上，可以說是幸福的圖謀，而人類的目的，都是隨着日新月異的智識與環境而改變，個人尋求幸福的方法，自然也隨之而異了，就一般情形而論，我們的能力與慾望，常常為現實所限，而使我們感到難於有真正滿足之一日。既是如此，人的幸福，果值得我們尋求否？

三、幸福值得我們尋求否？

我們幸福的尋求，往往形於虛幻，暫時的愉快，不一定使我們得着真正的幸福，真正的幸福，必需有目的與興趣為柱石，我們通常怎樣可以找尋幸福？宇宙間什麼東西可以把幸福帶給我們？在何種情形之下，教育智識與財富，能對這問題負起全責？我們用何種標準，可以決定

我們尋求的是否合理？我們如何可以使目的與手段兼顧的事實上，幸福與愉快各異其趣，許多人都體驗到後者離幸福之路遙遠，因為幸福之獲得，決不能因一時愉快便直接到手。在完善人格的解剖上，幸福不但是「一種永無止境」的生命的源泉，而且是一種「完整無缺」的生活之力。我們的幸福之間，得以和諧，才是人生真正的幸福，才是人類最大的貢獻。人類不能把未來的禍福預測，但不幸的結果，往往由不善於支配自己能力所產生。在這種情形之下，我們愚弱而自私，在損失人利己的愉快中去建立幸福，無異要在天涯的紅雲上取金，其虛幻不亞於認定命運之星，足以支配我們生命的迷信。這種迷信會使我們失去理智與反省的能力，成為無所適從的環境囚犯，畢生的痛苦，便在這錯誤的觀念中滋長了。

四、幸福之科學能否成立？

科學不曾啓示我們以獲得幸福之公式，幸福生活是一種不斷練習的藝術，人類行為的科學研究，可以作為導引這練習的原則，從領悟自己和別人行為的了解上，可以使我们有意識的思想，感覺與行動。盧其表的真理，是自我發展與幸福的阻撓，我們一定要在「希望」中尋求一慾望與一企圖之中，自為評價與選擇。在現代充滿誘惑的環境中，我們的慾望愈強，而人生的時間與能力則有限，常態型者的生活過程中，是有「完整」的中心價值的，它一部分是決定於我們內有的天性，而另一部份則有賴於環境之造就。在人類生活上，這些因素，是作為我們而營

類。這種的困難，就應運而生。這複雜的生命，要謎石，使我們知道心理適應在生活上式重要。精神幸福完全在個人生活，這要求與社會所需求，神調協，去至個體一個人的心理，在適應。這困難，想永遠不能安於現實，因為滿足是產生在不停工作與存組織的行為，式精神。這困難，就表現出來。

個人之幸福，即社會之幸福。

何種社會最利於建立人類的幸福，這是一個難決的問題。現存的機構與習俗，都是人類奮鬥的因果，它是助長，同時又制止人類自己的衝動。例如現代工業化社會，原要數世紀以來，人類自服自然的成績，然而不幸，竟至事與願違，人類多成爲機械的奴隸，這是社會學家們所認爲個人不能適存於社會型式的結果。

自費表伯拉圖氏(Bertrando)寫了「理想共和國」一書之後，理想的社會秩序，是存於人類心目之中。這問題的基礎之先決條件，認爲社會必先願全其每一份子之幸福。然後才算是個完善的社會。社會不是一物，依據生物定律，像動物演化成不變的放太組織。社會上各份子人格之不健全，則互相建累，由改進，人類在自覺中，可能合理的滿足其原有之衝動。生活始能循正軌邁進。社會秩序，非井井有條。社會法律，每一個集團進步的軸心，乃以其團員內，仍一爲欲以個人的幸福，就是社會進步的準繩。各項政治經濟與工業運動，也不過是個體人格對

會的反照，真正的前進者，不但能驅使自己，也能驅使別人的能克勝自然。心理衛生的目的，是要扶助人類發展其樂觀意念而克服內心的疾苦。善於支配自己，是直接推動社會前進的因素。

近來人們常常捨本求末，要在零亂不堪的社會中，強求完整的秩序，而無暇安入自己的去對憂慮羅司東（Crosby）會說：「再生即富強之源，徒致力於經濟與政治的組織，祇有世界目前退化國內容的精神因素之被重視，於此可見心理衛生可以使我们們在豐美的生活潛力中長進，社會的福利，將會因此面有加無已。」

六、個人對社會幸福之責任

社會上最嚴重的道德問題，就是個人的表現與集體制度呈畸形的衝突，如瘋狂、偷盜、如法，都是個人對社會道德不能適應的現象。我們個人既是社會的一份子，對團體自應負有相當義務，在理想的社會中，也不過能予人以適當的工作發展之機會，而不能保險個人的幸福永遠。不能針對現實解決社會問題，其努力一定是徒勞無功的。

興趣，應以全人類的社會福利為依歸，心理分析會假定世界應有的各種健全人格的，凡關於他們的家屬關係與興趣、習慣、嗜好、休閒、娛樂等，都用標記式的方法詳為；然而造物者，却不能把人類在這一律平等的模型中，製出這些標準人物，個性差異的稟賦，就是做成各種不同人格的主因。我們應該本一己之所能，為社會大眾福利而努力貢獻。

七、現代環境與個人之生活

現代環境是富於引誘與刺激，同時又是混亂與苦悶，它是否足以造成下一代的幸福之源，固成疑問。就現代一般生活而論，許多人都感到這爲「現代文明」而努力實在得不償失，不期然而感到失望與抑鬱，因爲現代社會的沒落，往往使我們的神經，陷於麻木的紛亂狀態，無疑的，在工業制度之下，我們的精神，已呈現過度緊張，而無暇思及人格之修養，造成無以適從的道德淪喪現象。

在美國名著的「飄」(Gone With the Wind)一書中，這位女作家曾設身處地的品評現代女性的弱點，她認爲摩登的女子，都度着過份愉快的日子，而得着過少的快樂，這就是說，各種新奇的經驗之遞變，使他無從預備人生之真諦，這些時髦的愉快，有如空中樓閣，使人無由捉摸。畢生奔馳所得着的僅是虛幻飄渺的影子。

在現代複雜的環境中，我們更應倍加檢點，而不必自劃於無慾之境，我們必需把慾念放在前頭，才可以符人生道上急步前走。而慾念就是人格一部分的表現，儒夫俗子會以豐衣足食自滿，桑里命(Thorstein)則認爲物質之享受，遠不如精神文化之重要，克己復禮的思想，在現代物質文明制度下，已成爲餘灰將燼的殘痕了。

這書的目的，希望讀者閱後，能作自我檢討，而建立健全的人格。成功之捷徑，在明瞭

這世界的價值與適應方法，我覺必須善導身心俱之平衡發展，而從自己的工作，並探至善，始
明乎世界社會以至萬物的貢獻。

第二章 人爲萬物 靈宇宙力

「我們絕對不能把一個人分爲身體與精神兩部去培育，就是身體健全而精神不健全的，不能稱之爲「完全」。」

宇宙中只有人格的人，才能稱爲萬物之靈，宇宙之力；但過着無意識的生活，祇能算是動物之一而已。——

一、生理與心理之關係

在生理學家的觀點上，腦之運動完全是各種物理化學的作用，正如我們由口中吃進各種食物，在腹中所引起之變化一樣，如果一個人進食前後，情緒緊張，興奮或惱怒，能予生理以莫大影響，所以快樂時比之痛苦時，進食每較易於消化。

在一個消化不良的病人營養分配上，醫生很明顯的知道過於稀薄的流質，反足以增加他精神上的負荷，有時可以酌量增減。精神狀態不但在消化系統，在循環系統亦然，當我們情緒不甯時，往往表於形色，恐懼時臉色蒼白，憤恨時臉色漲紅，都是心理影響及生理的明證，動物與人不同之處，前者祇需生理上適應環境，人類則指理與心理並重，在人生之道上，我們是

受思想支配的動物，同樣，反過來說，生理環境對我們的長成，亦至爲重要，就是一隻狗，吃得好好，作得好，生理上亦比較強健，精神飽滿，物質的優良，對人類精神之影響，自有莫大關係。精神上我們需要別人同情與了解，由助長勇氣而增加生之活力，正如肉體上，我們需要吃飯與休息，以增加我們的能力一樣。

二、精神與肉體之關係

爲對社會進化作科學的基本了解，我們必需進而論及人類神經系統之生物組織，一個刺激會引起身體各部的反應，神經中樞如腦及脊髓，與觀感器之聯絡，對環境適應，顯示一種奇異的功能，動物愈高而心理發展愈形進化；是以心理學家對白鼠的興趣，遠不如鼠及狗，最後在人類生活上，則有着各種複雜的社會反應之研究。就是原始人類，也不能像動物般無知無慮，安於自然境界。所以人類心理問題的研究，必因生活之更改，而日形精密了。

因爲人類神經系統組織之複雜，而致有所謂精神生活，使物質生活由於自覺而更形豐美。人類有了各種印象，而能回顧與前瞻。腦之運用，不如呼吸系與循環系那樣機械，它的主要功能，往往由感覺印象，而產生選擇與決定種種行爲動向。心理衛生足以助我們善用固有能力於生理發展，同時使我們認識現實與理想的價值，而增進個人生活的幸福，與社會人羣的幸福。精神與身體不可分離，證諸人的思想足以支配其行爲之全部，已極明顯，我們要分析一個

人的性格，必需同時研究其行為、生理、病理與意識。人格是由天賦與養育二者而成，在心理衛生實施上，我們要顧念到情緒之平衡與生理之形態變化的關係。

三、「完成」、「適應」與「人格」在心理衛生上的解釋

「完成」、「適應」、「人格」，這些名詞，都是表示人類行為的動作。「完成」就是表示人類精神與工作之聯絡，使我們得着前進的刺激，一個「完成」的人，就是思想與行為之互相一致。

心理學上「適應」與否，是視乎其人的行為與人類之關係，所產生的困難之多寡而定，真正的適應，是內心與外境都不發生衝突，而產生的健康與快樂。

「人格」，就其表示先天與後天，生理與心理之融合而成，極其理衛生的立勢上，我們健全人格的滋長，由自知己知彼，自覺不惑所致，有價值的理想與目的，使世界不斷的產生新的知識與機會，使我們共同向着確定的目標前進。

何者是完善的人格？完善的適應，我們可以在健全的精神生活中理會上傳述，社會上各份，是各站同一觀點上，藉宣傳相當的談話，至今猶堪疑問。社會上一切新發明與組織，都是人類精神文化的產物，新的思潮使我們產生新的責任，社會的福利，完全是我們人格的完全與適應所造就而成。

四、行為類型式

一個人的起居、飲食、習慣與興趣，與精神健康有密切的關係。心理衝突，就是這種失調的主因。一個人能把握其動機，而完成其最終目的時，其行為之發展，如圖一所示：

一個人思想行為互相關連，其意識為紛亂，對於一切都沒有強烈的反應，嗜好與興趣，自稱與自傲，更是說不到。他們必須有指定條件，與環境相適應，則將會養成不良習慣與行為。此時若不及時施以訓練，則終必致習慣成自然，而對生活無所適應，由這種不能適應之教育上之預防與治療問題，引起心理衛生，乃以產生。

五、心理衛生如何使三為萬物之靈，宇宙之力

在精神健全的情形之下，兒童的發展，可在正常的行為中表現，但是，如發生生理的障礙，也可以使我們在精力的健康上引起副作用，例如營養與消化不良，在習慣與精神上能引起嚴重的影響。這種現象，在嬰兒時期尤為明顯。

生理組織之功能，與心理之殘缺，對於神經健康的障礙，是一個醫藥問題。一個孩子生理上之異能，足以影響及他的心理與情緒，所以不論兒童和成人，對於此二者，都應密切加以注意。醫學與心理學之關係，使我們的身心總要獲得分立，它是組成人格的要素，所以除物理化學

之外，我們尤需預及心理與倫理之影響，使我們得以創造語言藝術科學，與建立文化。

人類不能超自然律而生存，其演變而是由於創造與改善，在物競天擇的規則上，其所以專於禽獸者，因為有人格上，它是人類思想與道德的柱石，人類是「力」之源，這就是因為有思想和人格。有人格的人，才能稱為萬物之靈，宇宙之力，但過着無意識的生存，他不能算是動物之一而已。

第三章 心靈生活

——心靈肉體一致之理論確立以後，倫理學便建立在一個生理心理的科學基礎之上，而不能以社會道德標準，武斷人之行爲了。——

一、心靈之組成

如果一個實賤者的行動，沒有學理爲根據，就是盲從，在人類天性的領域之研究上，亦復如是。所以心理學家們，在人類的情感上，社交的關係上，生理的形態上，都予以同樣的注意，以爲其工作之根據。一般人認爲神經中樞，就是精神生活的原動力，心理學家則認爲它僅係神經系統之一部份，整個的神經系統，心理學家則稱之曰心靈 (Mind)。

二、心靈之界說

事實上人類靈肉一致的生活，早經哲學家們所引伸，二百年前心理學之祖笛卡兒 (Descartes) 感到這問題有解釋之必要，於是假定腦之中央有靈魂之存在，它像一條真水管一樣，導進體內之中樞神經，成爲後世形而上學的心物一元論者的理論之根據。時至今日，各種理論必需有事

實爲之證明，心理與肉體不可分的證據。始自韋能博士 (Dr. Cannon)，他受 X 光下，作消化液分泌之觀察，發現他在發怒時胃分泌減少，歡樂時增加。人的行爲固則起作用，而胃中樞神經遞傳至體內各部，致引起不同之反應。其反應亦隨心理之喜怒哀樂而異。心靈肉體二者之理論確立以後，倫理學便建立在這個生理心理的科學基礎之上。而不能以社會道德標準武斷人之行爲了。

一 我們知道身體是各器官組合而成，腦則爲器官中之第一。關於腦 (Brain) 與心靈 (Mind) 之分別問題如何許多人不清楚。某大學的女生，對這問題的回答頗爲有趣。自欲備可以問一隻小羊的腦，而吃不到它的必靈。但如果再開牠的腦，羊果有心靈否？牠仍舊不遲疑的答曰：「沒有，因爲人不觸動它，它就沒有喜怒哀樂的分別。沒有精神生活。」於是「心靈」便被認爲一個抽象的名詞。但在心理衛生的立場，它是神經系的全部，也是使世界文化增進的主宰；本類所獨有的精神生活的中心，包括情緒、態度與行爲，有肉體而無心靈，世稱無恥之流，而號之爲「殭屍」，有心靈而無肉體，我們假定之爲幽靈，與心理學所稱之「解體」(Disintegration) 三字太異其趣。

在精神不平衡時之擾亂行爲，我們稱之爲「變態」(Abnormality)。動機與行爲不互相矛盾時爲「常態」。所以精神病是人格不健全的表现，心理衛生的目的，就是要造成達觀愈的思想，使身心平衡發展，理想與行爲一致，使肉體生活規律與合理化，則心靈生活，自能充盈欣慰與和諧。

有些人把「心靈」當作日常經驗之對象，因為它是對情感而產生的。這是生理學心理之影響，例如一個天生雙目失明的人，但憑觸覺所得的印象，自然與常人不同。對事物之解決與經驗各異；又如嬰兒生而無知無能，一切動作都在誤謬中學智，而產生檢傷。語言思考，及到成長之後，由於吸收社會固有文化，「心靈」始能進而創造世界新文化，新思想。生理的衝動之力，往往較心靈為強。所以精神失常，是因為生理上有某種殘疾所致。他們認為肉體影響精神，而非精神影響肉體。

三、潛意識之心靈是否存在

人類日常生活各種動作，大部份是下意識，無需加以思索的，但是潛意識之活動，究竟如何？目前尚無客觀之試驗。潛意識與下意識是否起于精神領域之外？動因是否為區動止的一種功能？心靈活動既不像體肉血液循環分泌之狀，然有序，則我們何由而知其活動？心理分析家把我們的態度與感覺，認為是心靈活動的表現，佛氏 (Freud) 則以夢分析人類潛意識的心靈動作。心理分析家們都認為它是確實在，但尚不能以科學化的實驗方法來加以證明。精神活動與能力，因此也就無由以物理方式去解釋心靈生活的基本原則了。因此，行為派的生理心理學家們，主張用客觀的實驗法，使心理學與哲學相互分立，以科學方法證明潛意識之生活型，試及其所受外界環境與生活之影響。

第四章 精神常態型

——不適應由於不自覺，現代心理分析，不但使我們像照鏡子般看見自己，而且可以進而像在顯微鏡下觀察細胞一樣清楚。（註）

——在人生的舞台上，我們看盡世界的形形色式，却無由看見自己所演的故事——

一、「內在的我」之形象

不適應由於不自覺，現代心理分析，不但使我們像照鏡子般看見自己，而且可以進而像透過顯微鏡觀下觀察細胞一樣清楚，或人類基本的靈敏，我們可以發覺汗流數點人我之間的共通性：

- (一) 人類除飢餓、寒而衣的生理需要之外，社會心理控制成爲一個主要的需要。我們穿衣已超乎禦寒之外的需要，進而求美觀。正如一個孩子穿上新鞋，而有直步青雲之快無異。
- (二) 愛或勤可怕失敗之慾念。
- (三) 喜歡別人認識、贊嘆、欣賞，然後加倍努力的習慣。
- (四) 祈待同情、熱愛、親切、與了解的慾念。

(五) 物質佔有慾。

(六) 愛與奮鬥新奇的生活。

(七) 性慾。

凡此，皆爲「內在的我」之一般型像。

二、慾念之障礙

在生命之過程中，慾念皆有其不同之障礙，例如智力不足，體力欠強，或人事之障礙，與自我內心之矛盾等，（如魚與熊掌之取捨，其中一種慾念即受障礙。）我們的衝動，常受制於內在與外在的環境，雖然許多內在的慾念，都是由外在的環境而生，（如鯽魚而欲食，小孩見糖而垂涎）但是他們的慾念，常受制於成人，慾念之障礙，使我們的情緒，隨之而改，精神變態之禍根，將肇于此。

三、自我心理分析與心理衛生

心理分析家從人類嬰兒期至青春期之習慣，與人格發展，頗爲重視，他們主張自我之克制，與自我教育，其方法就是使我們要遺棄錯誤之前，必先痛自悔艾，承認自己過失與弱點，然後始能淬礪自勉，繼續奮鬥。

此外，梅雅醫生 (Adolf Meyer) 認為過於自大與自卑，都是精神不健之成因。我們除自覺之外，更要與人時相過從，互相切磋，彼此勸勉，同時更需要認識現實，不推罪於人而反求諸己，避免養成內向的個性，是預防精神變態最妥善的方法。其法當於下文申述之。

四、例外的精神變態

成名的文學作家們如荷爾斯 (Howells) 等在童年時代，已是沉靜而內向，雪米 (Stellar) 也是一個頗喜閉門披書，默然以養性的「問題兒童」，因為內向的個性，使他們能冥坐默思，把夢幻與空想寫成不朽的文章。所以，外向不一定有害，內向也不一定全有害，視乎個人之造就與適應而已，許多歷史上的偉人，與知名之士，都是在沉靜中渡着長期的「內功」，以練自己高尚的意志，而有所成就的。所以，這些例外的精神變態，對社會有益無損。

第五章 創造健全的心理生活

——命運應由我們自己操縱，它便不能作祟——

——快樂在工作，一個精神健全的人，沒有娛樂的工作他不會去幹，沒有工作的娛樂他不會喜愛；若祇知爲錢做事，不但是個齏瓜，而且是個最不自重的生活牛馬——

一、思想與行爲之一致

自然之力能予我們以莫大的感應，就是在科學倡明的現代，我們也不能像一部機器一般呆板的會動，因爲能順人之性，始能順物之性，能順物之性，然後才可以適應；當我們沒有乘坐過飛機之前，也許會過慮到這舉動將如何損及我們的身心，既乘之後，卻能安然無事的滿足好奇之慾，則倍感快慰。科學利用自然之力，把許多不可能的夢想，變爲可能的事實，使人類可以走着滿足嗜慾的捷徑。

自然，數世紀前的鳥虫魚所需求的幸福，與現代一無分別；人類因爲思想上的進步，行爲與慾望，更日新月異，較之下等動物，實大異其趣，人類因爲有永無休止的願望，所以總不會有完全滿足之一日，影響所及，遂至精神紛擾，其補救的方法，略可分爲下列五點：

(一) 勤勞有時；
(二) 休閒娛樂；
(三) 思想有條；
(四) 不患得失；
(五) 人生哲學。

人生快樂在工作，一個精神健全的人，沒有娛樂的工作，他不會去管；沒有工作的娛樂，他不會喜愛。若祇為錢做事，不但是個蠢瓜，而且是一個最不自重的生活牛馬。所以我們對工作，應善為選擇，視一己之體力才力與興趣，及客觀環境之需要為決，同時努力履行上述的五種方法，向着一定的目的去努力，生之意義，便在其中了。

二、創造健全的精神生活

我們要創造一種健全的精神生活，必需實行下列的幾個條件：

- (一) 胸襟廣闊，多攝吸新知。
- (二) 堅忍不拔之志，克服宇宙環境，使他能與我們「內在的境界」協調。
- (三) 思想有條不亂。
- (四) 適合之工作與休息，保持自尊心，與工作上之自信心。

(五) 集郵與旅行等業餘的興趣與娛樂。

(六) 堅強意志與信念。

(七) 正確思想與哲理，把理想放在生活裏，而不必一定以時時過着理想的生活。創造健全的心理生活，亦即精神變態之預防，其方法於下文分別申論之。

第六章 情緒衛生

——現代心理學家在「行為」與「動作」及人類精神生活研究上，作了至爲公平的判決，認爲情緒在心理生活中的潛勢力至強，理智之力至爲薄弱——

——智慧是生命中的奢華，有了它，要保持情緒和平，就得加倍費力——

一、情緒與品質

柏拉圖 (Plato) 認爲人類的品質，受靈魂所支配。靈魂是由理性，情感與慾望所形成。三者之中，以理性爲至高無尚，故在他「理想共和國」一書中，擬由哲人執政。二十世紀後哲人康德 (Kant) 則以純理性有至高無尚之價值，對人類天賦的情緒，認爲至爲頑劣。然而就開歷代文化都是理智之產品麼？相反的，歷代文化與藝術運動，都是情緒的產品，十九世紀的浪漫派文學，是情緒表現，而非理性的產品，「情緒」與「理性」之力，孰大孰小，現代心理學家在「行為」與「動作」及人類的精神生活研究上，作了至爲公平的判決，認爲情緒在心理生活中的潛勢力至強，理智之力至爲薄弱，打破古代祖承的傳統思想。

一個具有完善人格的人，必需內心蘊藏着「熱誠」的情意，否則他祇能算是一個指定時間

下的道學家，或自欺欺人的偽君子而已。情緒是我們「經驗」與「才能」的真正代表，無論那
 一種衝動，都自有其情緒相因而至。康能氏（Cannon）及華生（Watson）等，且認為體內全
 部活動功能，都受情緒支配。我們要有良善的人格，與健全的身體，必需使情緒各強發展。

二、情緒分析表

情 緒	怒	怕	同	清	高	與	與 人 相 處 之 方 法	對 人 一 般 之 態 度
	服從 溫和 勤於中	不知戒備 太怕 無勤於中	太冷淡或太熱情 無同情心 自私	愛悶 苦痛 含恨	愛悶 苦痛 含恨	與 人 相 處 之 方 法	與 人 相 處 之 方 法	對 人 一 般 之 態 度
正 常	悲氣 抗拒	戒備 明慎	同情 友愛	與 藥 充 滿 希 望	與 藥 充 滿 希 望	友 愛 誠 懇	友 愛 誠 懇	自 信 自 樂 中 庸 自 衛
	易發火 盛怒 不可抑制	畏怯 迷信	熱烈 愛人之愛	放縱 任清 沈於聲色	放縱 任清 沈於聲色	尊 敬 過 於 尊 敬 他人	尊 敬 過 於 尊 敬 他人	有 言 有 主 虛 偽
過 度								

情緒在學習律上有三種進程，一是「刺激」，二是「反應」，三是介乎此二者間之「聯
 格」。我們的學習，完全歸功於情緒的反應與轉移，在個人的成敗上，我們需要尋奮鬥的「熱
 誠」，為了國家與正義，萬千的青年，可以慷慨赴死，情緒對人生之關係，於此可見。所以，

我們的情緒是否合理發展，應及早作詳盡的自我情緒分析。

三、情緒之昇華

當我們情緒緊張時，先要自察所抱的成見，是否合理，如果環境不容許我們發洩時，不妨暫時逆來順受，因為小不忍則亂大謀，人與人如是，國與國亦若是，歷史上戰爭的起伏，都是情緒達至飽和而無以昇華的惡果。避戰的辦法，有主張「縮軍」，也有主張「以戰止戰」，其實最理想的方法，莫如公民訓練，使每一個人習於承認自己的弱點，而樂於接受他人建設性之批評，對一切事理有正確的認識，感情用事之弊端，當可避免。

亞理士多德（Aristotle）認為情緒衛生，首重感覺與思考之平衡發展，改善日常習慣。平衡之法，重在使人寄情於藝術與戲劇，例如我們心中憂悶時，看了悲劇而借此機會痛哭一場，則身心自能輕快。詩歌、小說、圖畫可以使人情緒昇華，也就是這種作用。如果一個專家，對自己的問題，專其所專時，不必寄情於文藝，也許可以一時萬慮皆空，忘却現實的痛苦，但是情緒之不平衡發展，與無適當的出路時，心理健康，便會大受影響了。

四、情緒之抑制

一切創造的思想，都由情緒而來，他在「山窮水盡疑無路」的痛苦中，可以使我們發覺「柳

暗花明矣。其村，恒常天都主讓百忍成金。以到德訓總，作爲助長抑制力的工具。其實，智識愈高者，涵養必愈足。一個人意識與慾念調和，感情與理智相契時，情緒自然可以合理的發展與適應，徒強加壓抑，則心理之衝突必增，對社會個人，均有害無益。

情緒的心理衛生，首重使其有適當的出路與合理的昇化，切忌無謂的抑制與壓迫。

第七章 「性」與心理衛生

——要性適應的最妥善方法，莫如及早提倡性教育，改良環境，推行心理衛生。——
——每一個孩子都應使他受着精神訓練，而使他能適存於康樂的理想生活——

一、性之適應

凡是能使性慾合理與完適應的人，都有高尚的情操與智慧。現代性教育唯一的障礙，是認為將生命由初生至成熟的展程序告訴孩子是一件危險的事，照外國兒童心理指導的統計，孩子明瞭性的事實，不能做成惡行，性問題完全由于不良習慣與態度所產生。

人的性生活是包括精神肉體，及其性教育與經驗各種因素而成，其適應亦視個人之生理與心理狀態而定。頭腦愈簡單，性之昇華愈為困難，所以文盲的人生產愈多，知識階級則節育，成為嚴重的優生問題，要性適應的最妥善方法，莫如及早提倡性教育，改良環境，推行心理衛生。

一般道家與士大夫，都主張把這問題避而不談，其實為道德而道德，實在不能使青年人感到需要，佛洛特（Freud）已告訴我們，徒事壓抑，實在有害無益，應談及早由家庭負起性

教育之責，以培育兒童健全的人格。

二、性問題之合理解決

性慾最合理的滿足方法，是一種快樂的婚姻關係，情緒的平衡，就是一個適合的適應，單用科學方法表示性的事實，而不顧及人格與品性的適應，對成熟期中的青年，不但不能發生效果，反而有害。我們想要由藝術、風俗、禮節、家庭環境等，協助兒童有健全的性適應，必需由父母從嬰兒期開始實施性教育，其方法作者已另有一兒童性教育一書討論，並介紹佛氏學說，此處不贅。

關於如欲對此問題作進一步的研討，請參者東方雜誌四十卷拙作「家庭教育新觀念」一文中。

第八章 心理衛生與家庭關係

——兒童與青年，每日都受他的環境影響與教育，父母是初期家庭教育的主要人物，他們能注定兒童終身的禍福——

——退化的父母，常要把遠代祖先教他的方法，施諸兒童，因為自己父母曾這樣對待他，他亦用同樣方法對待兒子。結果，反使孩子不能適應新時代與新潮流，而產生各種思想上的矛盾。

一、家庭環境與父母對兒童人格之影響

歐美進步的兒童指導所，關於問題兒童行為的診斷與治療，都必先把父母的教育、職業、興趣詳細調查，視其家庭環境所予兒童之影響而定。蕭伯訥 (Bertha Stern) 先生謂：對兒童最不利的，是他自己的父母和他住在一起，因為差不多沒有一個父母，不是於自己孩子的處理屬於太主觀，而不能合理化；同時又強使孩子以自己為典型。這樣退化的父母，常要把遠代祖先教他的方法，施諸兒童，因為自己父母曾經這樣對待他，他亦用方法待兒子。結果，反使孩子不能適應新時代與新潮流，而產生各理想上的矛盾。

此外，父母切忌使兒童知道自己爲他如何犧牲，而增加他精神的負荷。敏感的兒童，會感到因自己而增加父母的負擔，實在過意不去，但是又無以爲報，於是無端產生許多不能成爲事實的白日夢，有時竟以各種空頭支票，如我將來造一間很大的房子給您，並送你一萬萬元等自欺欺人的話，無知的父母，反以此爲藥，不誠實的惡習，由是養成。

二、父母的過慮與過愛

對兒童過愛之父母，通常不出以下幾個原因：

1. 事業與慾念受障阻，而轉移其注意於孩子；
2. 死了親友或其他孩子；
3. 對婚姻生活不滿；

4. 自己在兒童時代失愛於父母。

這種過愛的情緒，會阻礙兒童心理的發展，而起所謂「疑慮情感」(Ennervation)，做成過熱不及種種性變態的現象。在離婚的寡婦或鰥夫，對孩子最容易犯這毛病，就是和樂幸福的家庭中，對獨養子的過愛，亦不發例外。兒童負了這情感的重担，無怪其難於適應了。

三、家庭與心理衛生建設之關係。

處對兒童心理衛生建設，應注意下列數項：（參看簡力與健康，李廷安先生著）

1. 父母愛護兒童，應供給彼等適宜之環境；
 2. 避免溺愛，須養成兒童之獨立人格；
 3. 勿以恐懼事物威脅兒童；
 4. 父母宜以身作則，行爲端莊；
 5. 父母態度一致，不可有衝突；
 6. 勿以自己之理想，來勉強兒童學習，須尊重兒童之獨立性；
 7. 發展兒童之社交性，避免使其內傾退縮；
 8. 父母應爲兒童選擇適宜之學校；
 9. 勿過份鼓勵，視其才而加以教育，否則兒童不能勝任，反足以失其自信力；
 10. 養成兒童獨立思考及領導他人服務之精神；
- 健全人格之培育；與合理人生觀之選擇；
按兒童之志與能力而助其成功。

第九章 兒童時代之心理衛生

「兒童爲人類之主人翁」許多人卻把孩子當作自己的財產，而忘却了養兒育女是對世界所應負的責任，喧賓奪主的加以支配，兒童天真的心靈而精神生活，無辜的受成人踐踏，以致產生種種的行爲問題。——

一、兒童精神能力之訓練

「兒童爲人類之主人翁」，許多人都把孩子當作自己的財產，而忘却了養兒育女是對世界所應負的責任，喧賓奪主的加以支配，兒童天真的心靈與精神生活，無辜的受成人踐踏，以產生種種行爲問題，要使他改善的辦法，是要家庭父母合作，先從改良成人觀念入手。

人是一個複雜的動物，不像禽獸一般可以有天賦的器官，去適合一種固定的生活；兒童需要長期的身體與精神的適應，假如我們生而能適應，自然用不着甚麼生理或心理衛生，文化與教育等。兒童時代，特別需要教育，如果訓練失宜，不但足以造成個人之不幸，亦將成爲社會之禍根。

人體內各感覺器官，對神經中樞有極密切之聯絡，因爲受了外界的刺激，而產生各種動

作，必需先由感覺傳入神經，整個神經系統起了受刺激的作用，而發生反應的動作。無論我們肉體或精神，用之過度，必感到身心疲勞。主張兒童自幼即應受嚴格的身心訓練者，認為繼續不斷的使兒童適應變異的環境，方可克服困難，勇往直前，歷史上名人，多出自困難的環境，也就是這個原因。

兒童自幼即應使其與同年的小孩，過着團體的生活，學習領導、服從、與合作等社交態度；否則必致養成孤立的個性，遇事畏縮。有些父母怕孩子「染於蒼則蒼，染於黃則黃」，所以便要他離羣獨處，於是孩子祇知道專重家庭以內保護他的人，而失却接近良朋益友的機會，長大進了學校，便產生所謂「思家病」，學識的進步，亦大受阻礙。

許多個別差異，由社會環境與教育造成，一個成功的孩子，在家庭、學校與社會三方面，都應共同協力，使他走上幸福之途。因為兒童在學校中，能與同齡者相比較競爭，在家也同樣的受父母合理的教育，這種優秀份子，到社會後，也有同樣的才能來立足。

二、兒童時代心理衛生應注意之點：

在心理衛生上，成敗是一個相當重要的問題，有些孩子因為學校工作的失敗，便感到生活變成愁雲慘霧，考其失敗的原因，多為生理的殘缺，或不合個性的訓練，與選擇學校不當所致，許多兒童因為受家庭和學校所誤解，指責與恥辱，由敏慧一變而為頑劣以致無法救藥。

一般聰明的孩子，往往因為功課太容易，而感到讀書無意味，所以必需予他以配合其才的功作，否則必養成循例自得的傲性，或輕視工作的態度，這些時操左券的兒童，對於刺激與失敗，是最不能忍受的。

我們要使孩子明白有價值的工作，都是繁雜的，兒童並應自幼養成爲工作而工作的熱忱，因爲兒童愈能，或對學校工作失敗愈頻，則合於其個性的專業訓練，亦愈應提早，常給孩子以適當的獎勵，可以預防養成其逃學或半途而廢的弊害。孩子的擇業，應注意以下數點：

1. 使其有擇業的自由；
 2. 立志堅定；
 3. 合乎個性與才能。
- 能履行上述數點，則失敗自然可以減少。

三、以心理衛生爲精神病預防科學

應及早改善之各種心理病態造成之習慣：

1. 怪別人之趨向，必需使其承認自己錯誤。
2. 嫉妒、懷疑、嫉忌等——多由缺乏同情與誤解而產生，必需使孩子彼此了解、團結、與合作。

3. 易怒或脾氣壞——憤怒是一種反抗的情緒，如果每次生氣太受人注意，他情緒便會變成不羈之馬，任意暴發。

4. 對疾病的痛苦，看得過於嚴重，是兒童常犯的通病，因為藉此可以騙取同情與愛撫，或借此可以達到成人不同意之某種目的。成人不應因為他的苦怨，而由他因小恙得以任意亂行，應使孩子養成克苦負責的習慣。

四、不強迫兒童盲從教訓

學校為社會與家庭的過度橋樑，故教師應該與家庭合作，與社會有團圓聯絡，以養成活潑快樂的兒童。因為兒童期是成人之準備，他們從小用各種試驗方法，來處付複雜的經驗，負教育之責者，應使他們對人生有清楚的認識，以便養成健全的態度。但是切忌以長者的地位，指教兒童，而希望他盲從，我們四歲半女兒，有一次對她父親說：

「爸爸，您為甚麼老愛教訓我？」

「爸爸，因為我比您大十倍，經驗多。」

「既然經驗那麼可貴，如爸爸是真愛我，何以不讓我自己得些真正的經驗呢？」女兒說。
教訓者默然而笑。

第十章 人格

——誠實是最高尚的政策，是健全人格的基礎。——

一、人格之形成

一個高尚人格的人，是有毅力、能幹、決活，處事有秩序，心理與能力平衡發展的君子。大凡一個人的興趣、能力、與感情等，都是型成人格的內素，因為人不單是一個物理化學的生理組織，而且是精神生活的基構，換言之，它包括生理與心理兩方面的功能，作為生活上有形無形的適應。

進步的醫學，不單是對症發藥；聰明的醫生，必先觀察患者的人格與精神生活，然後決定其診斷。此外，關於患者日常生活習慣、職業、家庭、學校之適應情形，亦極重要，因為人格在現代醫學立論之，實在複雜而神奇，它可以使疾病的人健康，使沒有能力生存的人復活。

人的人格可以從下列三點觀察：

1. 從集團的態度與社交上，我們言語、動作、所給他人的印象。
2. 從內在的性情，如情緒、衝動、記憶，及人生觀等。

3. 生活上的嗜好，工作的能力，及待人接物的方法等。

以上三點也許可以代表一個人的人格。詩歌、小說、戲劇不單是人格的研究，文學家把過去、現在與將來的環境，所可能產生的種種人格，由他們內心矛盾的衝突與社會政治的滲透舉跡配合，而寫成種種人生可歌可泣的故事。所以人格不但可以支配個人之疾病生死，而且可以創造世界偉大的史詩。

二、人格與自由

許多人都想致全力打破傳統的習俗，他們無論有金屋美玉，如果人格無法自由表現，總不覺感到快樂和滿足。

一個完善的人格，決不是朝秦暮楚，而是要有堅定意志的，人生社會的哲學，要百折不撓，像一個殉道者的精神，有殺身成仁的志向，與統一的思想，然後可以爭取人格的自由。

三、不健全的人格——自欺欺人

許多人在張用酒或其他麻醉品以忘憂，這種消極的逃避困難，實在是喪失人格的自欺。

另一個人，把自己的富貴財產與衣飾，炫耀於人而徜徉自得，或因佔了一些物質上的小便宜，而沾沾自喜，其實富貴如浮雲，何必以身外物自欺欺人？心理分析家認為這種愚得愚失者

薄心情，是最不安定的，有時他喜歡作孤注一擲的冒險，遇到一次的失敗，便是精神變態，害其身而且及其親，這就是自欺欺人的惡果。

總實是最高尚的政策，是健全人格的基礎。

第十一章 不健全的心理研究法

——要改善錯誤行爲，必先作人格的剖視；剖視之法，就是觀察其心理生活的狀況。——
治療不健全的心理，不能像「二加二等於四」一般有一定的呆板公式，考 *Psychology of Abnormality* 一文原義，是客觀的研究人的行爲的意思。要改善錯誤行爲，必先作人格的剖視；剖視之法，就是觀察其心理生活的狀況。

一、基本原則

1. 環境刺激與內心動作的反應之觀察。
2. 內心動作的因果關係。
3. 研究方法與步驟：
 - 甲、生命中有何特殊的事實？
 - 乙、這些問題與事實之因果關係為何？
 - 丙、因果之彼此影響如何？
- 丁、在何種情形之下，引起這種不健全的心理問題。

成、這種不健全的心理，預料中將會做成甚麼結果？

已、仍有其他相關因素？

庚、患者經過智力測驗否？其天賦與此不健全之心理有關否？

申、人格改造與了解所需之時間若干？

4. 我們要建立一個基本的觀念，作評判的根據，然後客觀的了解了各種事實真相，對普通病，與當時社會倫理觀念，應有清楚的認識。

5. 用個案研究法，去分析個人的健康情形，與生活習慣。

6. 研究個人或團體中個人的行為，最好先了解其立身處世之方針。

7. 把人類全部組織之功能，詳加研究。

8. 解剖家以腦及神經中樞，分部觀察；心理分析家以腦代表人類整個神經系統動作之全部。

9. 認識人生發展之每一種表象，如生育、遺傳、成熟、與訓練等。

10. 了解與意識時代與環境所造就的道德觀念。

11. 既不問重唯物，亦不偏於離心，採取心物一元之哲理背景。

12. 將潛意識之觀念，如夢及舌誤鏡，同樣予以客觀的分析。

13. 了解人格所形成之個性差異，對先天後天及經驗的影響，詳細研究。

14 入之一生中，沒有一件事實不與其他事實互為因果，所以要同時研究其中心問題有聯之各種事實。

15 實驗的方法，先研究常態型的人格，然後始着手解變態的問題。人格研究包括解剖生理、生物、化學、心理、物理、及生態學各科，而人物則需有醫士、牧師、護士、法律家、及社會工作人員等，而尤重於患者的自述。

二、心理不全者的人格研究

心理不全者的人格研究，應注意下列各點：

1. 工路傳：

a. 家庭背景。

b. 兒童時代。

c. 主要之事迹及其影響。

d. 過去疾病。

e. 職業選擇之目的，動機及其原因。

f. 一般性格與心向。

g. 各種適應上之困難或個人問題。

h. 患者對未來之計劃。

Ⅱ 一般觀察：

a. 職業。

b. 經常可負之責任。

c. 休閒娛樂。

d. 社交活動。

e. 興趣之慾念。

f. 脾。

g. 其他個人之特癖。

h. 最喜歡之作家為誰？

i. 喜歡夢想或多思否？

j. 休息時萬慮皆空否？

k. 對個人問題與困難，作何種態度？

Ⅲ 不能全心埋之客觀分析，需有特殊事實，或使情緒擾亂之主要原因為根據。

Ⅳ 遊戲、工作、休息、睡眠，是否適合的分配。

Ⅴ 親屬及社會之影響。

Ⅴ 個性發展方式。

Ⅵ 人格之平衡。

Ⅶ 個性差異，能力及困難，患者是天才抑呆子。

Ⅷ 特殊之成功或失敗。

Ⅸ 患者各種主張及行為趨向。

Ⅹ 遺傳。

Ⅺ 發展障礙。

Ⅻ 外界影響。

Ⅼ 潛意識動因。

Ⅽ 生命經驗上，對人格影響最深之事跡為何？

16 我們決不能將人格與心向，像統計學一般整理歸類，祇按其病情之深淺，而定為那一種疾患。

17 不健全心理，是一種物理、生理、生物、心理、化學、解剖、教育、風土、人情、環境等綜合之研究，工作者應有充分知識，與豐富之時間。

18 研究個人與團體之關係。

19 照梅雅 (Meyer Adolf Meyer) 醫師所主張之一元論，就是把患者外界情形與內心關

係聯絡事實與理想密匯，個人與社會合一，把適應與不適應等問題，一視同仁，作綜合研究，此哲理將於下文詳為申論之。

第十一章 不健全心理之研究（續）

——行爲問題就是由於心理不健全所產生，心理不健全就是人格不健全的表现。——

在莎翁名劇 *Macbeth's Sleeping Working* 的一幕，那位名醫曾說：「我曾聽說在睡夢中行走的人，死時變得很快，這種病我是沒法醫的」。過去一般人都認爲神經錯亂，是一種不治之症，最近精神病學與心理分析學之發明，成爲這些無告者的福音與救星。

有些精神病，單是因爲生理的組織損壞所致。其實。思想與感覺之變異，精神疲乏，失望，或感情過於強烈時，都會引起心理不健全所產生各種症狀，在我們不能出生靈的原因之前，不必作任何武斷，因爲神經作用，往往比實際嚴重，當患者能自覺之後，症狀便會立刻減輕的。

一、思想衝突及其原因

複雜與衝突的思想，所做成的不健全心理：

我們常稱之爲精神官能失常，或精神衰弱，或簡稱之爲思想複雜，或思想衝突，因爲患者常感到、概念、與記憶，常受下意識的壓迫與突動，自負心常敵不過良心與道德的責備，情緒

便無由適應，做成各類不健全的心理狀態。

衝突是內在的觀點，與外界不能適應，已如前述，當一個人強烈的慾望不能滿足，而感內心痛苦時，一定要強顏歡笑，徒增煩惱，何納克博士 (Dr. HUGH BUSH) 曾指出精神衝突之三種原因如下：

1. 人格上的衝突，由於最初之道德訓練與新經驗不能協調。
2. 在選擇與決定上之衝突，正如一個女人決定婚姻與專業取捨之心情。
3. 人格與環境之不適應，即思想與現實之衝突。

上述三項，可說完全是我們內在的衝突，而產生的困難，我們祇要意志堅定，自能支配環境，則環境便不能支配我們，例如當我們處在窮困中，能克服一切慾念，孔方兄之脅，何能為力？雖然當我們在為人所誤解、破產、或親友死亡的逆運中，會感到悲不欲生，但與亡之責不牽，個人觀感與社會使命，有人格者當知孰重孰輕。所以，心理健全者，是勇敢的，前進的，樂觀的。以下我們將討論心理不健全的精神病問題了。

二、現代精神病之新觀念

其始大家都以為精神病是生理組織的影響，最近心理分析則認為常態型與變態型之間，僅視其對社會生活適應與不適應的程度上之差別為決，它祇是心理適應之不同，而不是組織之各

異。梅雅醫師 (Dr. A. Meyer) 曾把心理分析之領域列下：

精神不平衡之因素：

A 無關重要的病，因為患者的過敏，而以病寓意，亦為心理不健全之現象；其他如舌誤，遺忘，懼怕等，都是神經衰弱之成因。

B 情緒的固定——過於高興，或過於抑鬱，不能隨機應變，亦為精神變態之成因。

C 觀念無定，朝三暮四的男女，或貌合神離之夫婦關係，均足以造成精神變態。

D 過度受驚，而致理智失去控制。

E 移感之障礙，低能，早熟，或先天後天之殘缺。

F 腦組織受損傷，而致人格改變。

G 腦組織在下列情形下，足以影響人格：

1. 一發發展受阻；

2. 客觀心理功能混亂。

三、心理衛生運動之貢獻

心理衛生運動，在一九〇八年彼亞博士 (Clifford Bowers) 開始提倡心理衛生，主張留步勝於治療。梅雅氏 (Meyer) 亦比說，而根據智能測驗及心理變態之研究，認為低能的人，比

較容易精神變態。

此外，鍾氏 (Tenn) 所主張「外向型」與「內向型」，史賓加 (Spence) 所分別的六種生活型態，其理論皆與彼亞 (Beers) 及梅雅 (Mayer) 不謀而合，認為違反天性者，即變態。

四、心理不健全所引起之精神病態

輕躁狂 (Manic-depressive)，其始是消化不良，或疲乏，症狀與早衰者相似，茲分述如

A 一般神經衰弱——情緒不穩而敏感，動作遲慢而不願說話。

B 精神不振，疲倦，身體衰弱，注意力不集中，失眠，無故感到頭痛與失望。

C 自疑病 (Hypochondriasis)，以病寓意或奇情，用藥愈多，病情反愈加重。

D 脊髓神經炎 (Anxiety)——論者認為由於不消化，或營養不良所致。

E 害怕鬼神症 (Obsessive-Compulsive)，這種人常有一種迷信，怕十三或星期五，明知不合理，也害怕。這種病，多係父母過於喜歡所引起。

F 癡病 (Hysteria or Dissociative Consciousness) 這病的第一種，是心理的反應，而生理就利用病來解決，例如我們聽到警報，怕到極時，則把頭藏起；其後因為怕警報，不願去工作，而弄到自己常常心跳頭痛。第二種是明知現實所在，而又怕做，無法避

免，乃以病者意，例如熱血的青年，自知應該爲國犧牲，而只伯打杖。這種人會在生理上顯現半身不遂，嘔吐或看不見，健忘，夢遊等症狀。

G 交感神經中樞之作用——喜怒哀時血管收縮即變態。

H 論癇病 (Epileptic disorder)——脚直面紫，真真的羊癲瘋不同處，是這種精熱性的羊癲瘋，要有人看見才發。

2. 心理紛亂 (Hysterastic Reaction-Sets or Disorder)，此症分爲癱瘓神經與重神經病二種：可以用現代病理方法找出它的病源，則稱爲機能性 (Organic)，否則稱爲官能性 (Functional)。後者多是意志不能集中，自少即不善支配情緒，哭笑無常，不能自制，他的領袖、推理、理智、記憶能力均減退，人格反常。以上均爲慢性的官能性精神病。

此外尚有急性的機能性精神病 (Deliriums)，如譫妄等，這病多由生理影響及心理，如患傷寒，斑疹傷寒，肺炎，猩紅熱，腦膜炎等病以後，因腦細胞死了不少，而呈精神變態之狀。

此外嗜酒嗜烟者，與鴉片吸食者，多引起精神錯亂。前者亂作亂動，愛說話；後者抑鬱寡歡。侵性者，則多由梅毒引起，由遺傳或接觸而得。以上皆爲教育問題，祇要有培育健全的人格，精神變態變態便可以減少了。

五、健康的心理

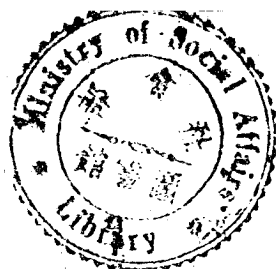
以上是不健全，不能適應的結果。智慧的人，一定是心志堅定，認識現實，無論得失，志向始終不移，健康、幸福、敏捷、善於社交，人格高尚，是心理健康上不可少的條件。

數十年來公共衛生之目標，僅注意於環境衛生及傳染病之防治，現代各國衛生專家，始主張以精神病之防務列為衛生要政，認為身體健康固不可忽視，精神健康尤屬重要，身心俱健，才得稱為完全人格的人。

健康的心理機能之表現，在個人的思想情緒思考推理記憶及行為與勤作上，若心理變態，輕者則意志消沈，心神頹喪；重者則陷於狂躁癡暴，危及邦國。

心理不健全之原因，一為先天，一為後天。前者屬遺傳問題，後者則分為身體與環境兩類。來自身體方面者，如嬰兒在出生過程中，受毒素或器械之損傷，成年人中酒毒或化學藥物毒等，皆足以產生變態心理。此外，內分泌失常及營養失調，皆足以使學習能力衰退；其他殘疾或意外外傷，亦能發生重大之影響。至於環境方面，則應注意健全之心理衛生習慣，父母與教師即應有健全之心理，免影響及兒童。其他如戰爭盜匪等天災人禍，亦足以使人情緒憂急。此外，傳統之道德觀念與法律，使兒童追求新理想時仍需顧及舊觀念，乃發生心理衝突而致行為變態；產生所謂行為問題。行為問題就是由於心理不健全所產生心理不健全就是人格不健全

的表現。



不適合之心學研究(續)

第十三章 兒童行爲問題 與心理衛生

——心理衛生的使命，是要從改良兒童行爲問題上入手，以改良整個的社會和國家與世界。

一、行爲問題之處理

行爲問題，是關於如何處理錯誤的動作而言。通常所指的兒童行爲問題如下。

(1) 最近普及教育運動，各階層兒童都有受教育之機會，所以學齡兒童應由學校負責，減少其不能適應之缺點。

(2) 人格不能全所引起不能適應之現象，大多數是可以由預防而避免的。因爲一切行爲都有因果關係。我們應使兒童有優裕的環境，和前進自覺的導師，循循善誘，使他們不致走入歧途。

(3) 家庭學校社會三方面，需充分合作，預防工作始能收效。

(4) 生理心理環境三方面，互爲因果，應予同等注意。

(5) 在人類發展之過程中，潛意識如何支配行爲，尙無清楚之立證，故應選兒童行爲，

應以心理學之行為爲指針。

(6) 我們要了悟兒童行為的動因，而不斤斤計數其結果。

(7) 兒童決非生而爲惡，許多不良習慣，大概是學前教育不良所引起，故家庭環境，應特別注意。

(8) 兒童不是一切真偽的創始者，善惡是非與資間的標準，皆由其教養者之實誠讚美而決定，造成各種行為之衝動與慾念，故長者當以身作則。

(9) 行為問題之改造，不是一定要使某某兒童立刻變爲常態，而是要找出一個合理的方法，使他感到滿足與適當的處理，因爲在人道上他也是社會之一員，不應因爲一時之心理不健，而受外人之苛待。用打或恐嚇的方法使兒童改善，是最不合心理衛生的。

(10) 我們要尊重每一個兒童特殊的才幹，興趣，經驗與能力，對低能天才與常態型的兒童，也應使其充份得着止於至善的機會。

(11) 許多行為問題都可以用簡單的方法來分析，而使之得以重新適應。與孩子親切的人，最能負起這責任。社會工作者應竭力使家庭學校與社會間密切合作，人格的改造工作才能完成。

(12) 從思想感覺與行為上，生長成熟與環境上，應彼此適應。其應注意之各點如下：

1. 關於學生之疑難與興趣。

2. 對各種合理活動之暗示。

3. 使學生能適應社會經濟與環境之變遷。

(13) 人格不好之學生改造後，應以其品德示範於衆，而予以獎勵。

(14) 在短時間能建立新人格，而有新成就者，應特別嘉勉其迅速改過自新的勇敢外

(15) 使學生先立定選業的志向，然後從而使他參加各種就業測驗，使他不至徒勞無功，一無所成。

(16) 兒童變態行爲，由於他不能適應社會生活所引起。假使我們明白人類的行爲是由外在刺激而產生各種動作與反應，則我們應給兒童以一個改善習慣與行爲的機會，而不要把他們爲一個沒有希望的人。

(17) 工作人員必需有豐富的常識與解決問題的技術，對個別差異之處理，應得其宜，更不應因任何關係而對兒童存有偏見。

(18) 我們應使孩子自行決定選擇合理的習慣態度與觀念，無論善良兒童與與惡行孩子，我們都應一視同仁，一律設法使他成爲一個快樂而有用的公民。

二、殘廢兒童之處理

美國胡佛總統在白宮召開兒童福利會議時，對兒童品格上有以下的提示，「爲盲聾兒童或
其他身體精神受障礙者，應按其殘疾程度施以保護與療治，俾不致成爲社會上無用份子，這種

經費總由公家統籌辦理」。

三十五年前赫莉 (Millicent Farrell) 女士在紐約提倡特殊兒童教育。當時此城有一萬一千兒童不能適應於學校之傳統制度，由教員心理分析家，與社會工作者等五百人商討處理，女士主張按心理立場而施以個別教育，她認為從來沒有兩個兒童完全相同，故應採客觀用的方法，研究每個兒童的個別差異。

美國一萬二千二百萬人中有四千五百萬孩子，其中三千一百萬是每年受十個月的學校教育。據調查所得，這些兒童九分之七可以算是常態的，其他不是盲啞聾，便是視聽官能殘缺，如能及早被察覺而施以治療與訓練，則此不幸當可避免。不幸十四萬盲兒中，祇有六萬受教育；另三千萬聾兒中，祇有二十萬可以治療。所以美政府決定將教育經費之一部份，充作開辦殘缺兒童的特別訓練班。

愛黑露 (G.L. Allene) 研究十八個州的學齡兒童，認為其中十分之九學校功課不及格的兒童，身體官能毫無障礙，僅係情緒上與習慣上的不能適應，而這些問題的產生，多由於環境不良所引起。綜言之，有下列五種原因：

1. 教育不能適應學生之體力智能與環境之需要。
2. 經驗與思想之不能調和，學校教育與家庭道德標準衝突。
3. 習慣興趣不良。

4. 身心殘缺。

2. 過度溺愛與虐待。

因以上各種困難而產生下列的心理病態：

1. 自憐自怨，認為社會負了他。

2. 消極失望。

3. 過於服從或粗暴，行為不受思想支配，或甚於不用腦子。

三、改善方法

茲將改善這些兒童行為的方法綜述如下：

1. 先個別予以智能測驗與體格檢查，就其智力與體力而施以適合之教育或工作訓練。

2. 學校課程個別化，使兒童易於適應。

3. 協助殘缺兒童適應社團生活，使他們對自己身體的缺點不致過於敏感，而能在一種和諧的社會生活中上進。

4. 對特殊的兒童不要過份同情與愛護，應從客觀的立場去領導他的工作，舉凡遊戲、營養、讀書及休息均應注意，使他們勤儉有時。

5. 不要以其缺點與他兒比較，而使他們感到自餒，應使他在滿足中求真理。

6. 我們的重要任務是增加其智能，改善其情緒，俾能適應社會生活。故公民道德之訓練，人格之培育，與技能之造就，當同樣重視。

7. 使他們一日二十四小時的時間有合理的分配，製定各種生活日程表，而使之遵照實行。

8. 父母應歡迎教師作家庭訪視，共同合作。

9. 以事實決定我們的計劃，而不以計劃決定事實，例如我們希望某孩子在若干時間之內可以有何種成績，其意外之失敗，非我們觀察能力及時，慮再請醫生作詳細的覆驗，而聽其指導，避免因欲速不達，而傷其身心。

10. 增加家庭、學校、社團之集體娛樂機會。

琴比博士 (Dr. Campbell) 曾說：『世界上沒有一個不可救化的兒童，我們應盡力善導其學習，俾能循軌上進。』

我們要把上列各項方法實施，必需先由政府當局對此事加以注意，統籌辦理，一方面調查兒童，同時作服務人員之事業訓練，否則心理衛生運動，祇能紙上談兵，虛有其名而已。

四、兒童心理衛生指導所之目的與功能

美國精神病學家威廉希來 (Dr. William Healy)，最初對兒童行為問題與人格之改造加以研究，一九〇九年以後，芝加哥即有心理分析之實施及兒童精神病療養院之試行；一九二八

疾以後，他又到波斯頓及其他各地指導此項工作，對兒童心理衛生，尤積極研究，開兒童心理衛生指導工作之先河；一九二二年以後，又為犯法兒童集合福利基金，成立反省感化院八所。在一九二五年，世界經濟不景氣之潮流中，各方面均緊縮裁併，獨兒童心理治療機構，增至五百餘處，美國社會上對這工作的價值之認識，於此可見。

這種心理衛生指導所之主要工作，是對於問題兒童之診斷與療治；工作員是這些不幸兒童的良師益友，他們要領導孩子從黑暗走到光明。

但梅雅 (A. Meyer) 及彼亞氏 (C. Boes) 曾極力聲明，臨症治療遠不及事前防本，心理衛生運動是一種人格不健全的預防科學，司其事者應注意下列數點：

1. 家庭隣里與環境之概況。
 2. 智能及其特長與缺點。
 3. 體學檢驗。
 4. 心理檢查——生命中成敗與各種可厭可泣事跡及人生態度。
- 總之關於兒童生理、心理、教育與環境四項之探討，不可偏廢，教師父母與社會工作者更應合作，不可缺一。

五、兒童心理不健全所引起之錯亂行為及其心理病態

兒童行為之不適應，大都由於情緒上，環境上，習慣上與人格上之反應及精神錯亂所致，茲分類略述之如下。

一 習慣訓練問題：

1. 飲食困難

- (1) 胃口太好，
- (2) 胃口不好，
- (3) 食時無禮與粗魯，
- (4) 拒食，
- (5) 拒自己吃，要餵，
- (6) 狼吞虎嚥，
- (7) 玩弄食物，
- (8) 指定食物，
- (9) 食得太嚮，
- (10) 口張過大，
- (11) 含飯，
- (12) 其他。

2. 睡眠

- (1) 不深睡，
- (2) 多惡夢，
- (3) 醒時說話，
- (4) 醒時行走，
- (5) 睡無定時，
- (6) 夢遊，
- (7) 吃牙，
- (8) 其他。

3. 排泄問題

- (1) 日中大便，
- (2) 晚間大便，
- (3) 瀉，
- (4) 硬澀，
- (5) 慢性痢疾，
- (6) 其他。

4. 身體動作

- (1) 鼻子動，
- (2) 放東西進口，
- (3) 玩手指，
- (4) 咬指，
- (5) 其他。

5. 性問題

- (1) 手淫，
- (2) 缺乏性理解，
- (3) 過度的忌諱「十三」或「星期五」等，
- (4) 過度的好奇，
- (5) 對異性動作感到興趣，
- (6) 迷信或不正確觀念，
- (7) 同性愛，
- (8) 性罪行，
- (9) 其他。

6. 言語困難

- (1) 喉舌，口吃，
- (2) 不願說話，
- (3) 言語遲慢，
- (4) 發音不清楚，
- (5) 舌誤，
- (6) 半吞半吐，
- (7) 囁嚅而言，懼怕，
- (8) 語音錯誤，
- (9) 其他，

7. 遊戲困難

- (1) 不肯玩，
- (2) 與別的小孩玩不好，
- (3) 太易對其他小孩屈服，
- (4) 識別別人，
- (5) 其他。

8. 交遊困難

- (1) 少朋友或沒有朋友，
- (2) 不易交友，
- (3) 不願交友，
- (4) 與不同年者爲友，
- (5) 與不同性者爲友，
- (6) 其他。

9. 粗野性格與行爲（反抗議）

- (1) 皮氣很大，
- (2) 說謊，
- (3) 偷盜，
- (4) 吸煙，
- (5) 向人討東西，
- (6) 遲到，
- (7) 逃學，
- (8) 逃出家庭，

- (9) 侵犯他人，
- (10) 以自殺嚇人，
- (11) 喜爲接語虛言，
- (12) 辯駁，
- (13) 喜吵架，
- (14) 誇大，
- (15) 威脅，
- (16) 諷刺，
- (17) 暴露鋒芒 (Show off)
- (18) 矛盾 (反對人或自相矛盾)，
- (19) 堅決，不依賴人，個性太強，
- (20) 不服從，
- (21) 支配人，
- (22) 孤獨，
- (23) 鹵莽無禮，
- (24) 與父母或兄弟姊妹不和，

- (26) 書悶，
- (26) 嘈鬧不寧，
- (27) 蠢呆，
- (28) 故意以不良動作引成人注意，
- (29) 怒時呼吸加速，不能制止，
- (30) 不服教，
- (31) 不準確，
- (32) 殘忍，
- (33) 怪僻，
- (34) 自視過高，
- (35) 過於興趣，
- (36) 遊蕩，
- (37) 吝嗇，
- (38) 賭博，
- (39) 輕率，
- (40) 好過問閒事，

(41) 以激怒人爲樂，

(42) 不負責，

(43) 反對定議，

(44) 使別人陷於危險，

(45) 放火，

(46) 禱亂之立謀。

(47) 其他，

10 扇從之人格與行爲

(1) 妒忌，

(2) 懼怕，

(3) 多疑，

(4) 白夢日，

(5) 過敏，

(6) 精神不集中，

(7) 抑鬱，

(8) 癡病式之麻木，

- (9) 無病呻吟，
- (10) 冷淡無情
- (11) 不交際，
- (12) 畏縮，
- (13) 不經心，
- (14) 易哭，
- (15) 倚賴，
- (16) 容易失望，
- (17) 自覺無用，
- (18) 善忘，
- (19) 自謙，
- (20) 不認真，
- (21) 不與奮，
- (22) 懶散，
- (23) 不愛玩，
- (24) 多情，

- (25) 寡言沉默，
- (26) 過於自責，
- (27) 自負，
- (28) 自私，
- (29) 慢性杞憂，
- (30) 退隱，
- (31) 易疲乏，
- (32) 逃避，
- (33) 呆，
- (34) 過於自檢，
- (35) 不感激他人，
- (36) 不快樂，
- (37) 不爲人認識，
- (38) 不整齊，
- (39) 意志不定，
- (40) 無才幹，

- (41) 愛哭，
- (42) 循環系神經性的失調，
- (43) 呼吸系神經性的失調，
- (44) 痙攣，
- (5) 好垂頭而睡，
- (46) 昏睡，
- (47) 頭痛，
- (48) 喜漂泊無定之生活，
- (49) 假裝的歇斯里的，
- (50) 消化系神系失調，
- (51) 癲癲式之反應，
- (52) 昏迷虛脫，
- (53) 其他。

其教育問題

- (1) 特殊缺點過多，
- (2) 不喜歡學習，

(3) 不善接受教訓，

(4) 怕學校功課，

(5) 學校功課失敗，

(6) 中途退學，

(7) 遲到早退，

(8) 赴校為遊戲而非為讀書，

(9) 教育職業指導問題失宜，

(10) 時常缺席，

(11) 其他。

正由於生理官能殘缺所引起之人格紛亂與行為問題

A 感覺官能之錯誤：

1. 視覺殘缺，

2. 聽覺殘缺，

3. 其他身體各部份功能殘缺。

B 內部分泌失調：

1. 腦下垂腺，

2. 松葉膠，
 3. 甲狀腺，
 4. 副甲狀腺，
 5. 腎上腺，
 6. 性腺，
 7. 其他。
- C 中樞神經之殘
1. 急性傳染病，
 2. 花柳病，
 3. 慢性傳染病，
 4. 霍亂，
 5. 頭暈，
 6. 暗心氣，
 7. 酒性癲瘋，
 8. 腦膜炎，
 9. 腦生瘤，

10 腦生瘡；

11 其他

D 心跳過急。

E 感覺神經麻木。

F 營養患疾。

G 皮膚病。

H 腸胃病。

I. 呼吸器病，

J. 煙等等麻醉品中毒。

K 其他。

Ⅲ 發展情形之障礙：

A 心理殘缺（如低能白癡等）；

1. 星巫人身上有魔鬼之態，

2. 蒙世主義——聽天由命，

3. 愚家病，

4. 先天性梅毒，

5. 先天性瘤瘻，

6. 花柳，

7. 循環系——血管硬化，

8. 呼吸系——肺病，

9. 內分泌失調，

10. 突起硬塊管瘻，

11. 其他神經組織之殘疾。

B. 精神變態的人格。

C. 其他。

Ⅱ. 重精神病：

1. 躁狂，

2. 後天發覺症，

3. 神經系患病，

4. 梅毒神經病，

5. 煙酒神經病，

6. 其他。

Ⅱ兒責自殺。

Ⅲ不能診斷之狀。

Ⅳ為醫生延悟之各種生理病狀。

Ⅴ精神迷離。

六、家庭學校社會對兒童行為之影響

影響兒童各種反應之主要因素為家庭，學校與社會，茲分證之如下：

甲、家庭環境對兒童行為之影響：

1. 人與人間不良之關係：
1. 給家人支配自己，
2. 親戚過問家事，
3. 過於慈愛，
4. 不希望的多餘孩子，
5. 理論太高深，孩子不懂，
6. 父母意見不合，
7. 太冷靜，

8. 大廢廢，

9. 反抗，

10 妒忌，

11 後父或後母，

12 不愛敬其父母。

對無能：

A 身體上

1. 家人其中之一是聾的，

2. 家人其中之一是盲的，

3. 家人其中之一是殘廢的，

4. 身體衰弱者，

5. 急性病。

B 心理上：

1. 父母其中之一精神不健全，

2. 家人其中之一精神不健全，

3. 家人患重精神病，

4. 家人患心理變態病。

IV 不適應：

A 社會上：

1. 種族不同，
2. 國族不同，
3. 宗教不同，
4. 階級不同，
5. 寄養之家，
6. 舊禮教之家。
7. 破裂之家：
 - a. 離婚者，
 - b. 寡婦孀夫，
 - c. 犯人之家，
 - d. 家人在長期療養。

B 道德上：

1. 逃亡之家，

2. 犯法之家，

3. 不道德環境：

a. 短期的罪犯，

b. 長期的罪犯。

IV 經濟狀況：

1. 入不敷出，

2. 借債，

3. 母親需供職，

4. 父親失業，

5. 財源不能流通。

乙、學校對兒童行為之影響：

I 人事關係：

1. 師生彼此對抗，

2. 教師與智能高之學生衝突，

3. 家庭與學校衝突，

4. 教師無責學及能力。

五 教師及學生問題：

1. 教法不良，
2. 患慢性病之教師，
3. 患神經衰弱症之教師。
4. 無心理衛生訓練之教師，
5. 課程分配失宜，
6. 課程組織欠佳，
7. 無充份休息 課外活動，
8. 精神無寄托，
9. 無職業訓練，
10. 不能適應兒童能力需要及其興趣，
11. 強迫教育法，
12. 學生家庭階級不同，
13. 學生種族國族宗教不同，
14. 學生程度不同，
15. 沒有禮儀訓練，

16 常更換學校及教員，

17 對某種課程有偏見。

不適應：

道德上：

1. 較一般學生多犯規則，

2. 不能達到『好學生』之標準，

原因：

個人的：

1. 沒有零用錢，

2. 衣服少，

3. 不能請求個人衛生。

社會的：

1. 經濟階級使貧富異殊，

2. 不能參加社團各種活動。

實學校經費問題：

1. 沒有充足基金，

2. 教員負擔太重，生活困難，
3. 團體太大，學生太多，
4. 遊戲及運動用具與場所缺乏，
5. 對天才與低能學生無法處理，
6. 缺乏生理衛生指導。
7. 缺乏生理衛生訓練。

V 健康計劃：

1. 未經心理衛生醫生作詳細之人格研究，
2. 各級不能按身心健康情形分組，
3. 缺乏心理衛生指導之師資，
4. 缺乏各種社團實業計劃。

丙、社會環境對兒童行為問題之影響

I 社會：

1. 無發展機會，
2. 無業餘遊樂機會，
3. 言語種族風俗與所處之團體不同，

4. 移民問題，
 5. 法律糾紛，
 6. 對公益事業無興趣，
 7. 人口太多，
 8. 團體無組織，
 9. 對當局行政不滿，
 10. 心理健全之衛生工作人員太少。
- 重經濟：

1. 貧富不均，
 2. 失業，
 3. 經濟不景氣，
 4. 工作計劃不良，
 5. 富者屯積居奇，
 6. 無社會工作研究基金，
 7. 福利行政欠佳。
- 重道德：

1. 政治犯，
2. 尋花問柳，性態度不良。

IV 法規與守法：

1. 刑法過嚴，
2. 法律不良，
3. 人民智識太低，不能知法守法，
4. 知法犯法，
5. 法醫缺乏。

V 立法問題：

1. 不能依據社會實際情形立法，
2. 法律政治社會經濟彼此不能配合。

教師與心理衛生家對兒童行為與人格培育，意見常不能一致，幾何多主張處罰與懲戒，後者則主張人格之改造與誘導。通常教師所判決兒童行為問題，不外下列各點：

1. 性情不良，
2. 不真實，
3. 欺騙，

4. 做盜，
5. 手淫，
6. 不耐煩，
7. 發皮氣，
8. 多言，
9. 擾亂班上秩序，
10. 殘忍，
11. 吵架，
12. 發怒，
13. 永無止息的動作，
14. 不可靠，
- 新工作無興趣，
15. 神經過敏，
17. 破壞學校公物，
18. 逃學，
19. 懶惰，

對容易失望，

21 侮辱他人，

22 不快樂，

23 自私，

24 詈罵，

25 倚賴他人，

26 吸煙，

27 不注意聽講，

28 工作不細心，

29 畏懼，

30 多主張，

31 出風頭，

32 踴躍，

33 支配他人，

34 干涉他人，

35 上課時與人交談，

- 36 打架，
37 多疑，
38 衣冠不潔，
39 誇大，
40 批評別人，
41 太敏感，
42 放火，
43 借故叫鬧，
44 與同學不和，不能合作，
45 譏笑教師，
46 故意犯規，
47 功課交不出，
48 不負責，
49 喜飲酒，買零食，
50 不愛學校和國家。
- 以上的品評，心理衛生家不能諷助之理由如下：

1. 綜以上教員評定行為問題之各點觀之，他們多認為擾亂，不守規，不服從，即為嚴重之行為問題；心理衛生家認為不妥際，不說話，沉默不動，整日作白日夢，或表面上守規的小道學，其行為問題較之一般不守規的犯法兒童，更為嚴重。教師通常以學習成績優良者算是好孩子，他們喜歡學生能適合他自己的心理，而不設法去適合學生的心理；心理衛生家則認為凡能適應自己的需要與社會環境的要求，身心合理發展者為完善人格，良好的學生，優秀份子，決不能以功課成績為評價，必需從整個生活的立場上去觀察。

2. 根據皮爾氏 (Cattell) 之測驗，行為問題兒童百分之七十多為低能者，他們的智商在七五以下，其中百分之二為常態，百分之二十八之智商為一〇一以上。根據歐基連氏 (Eysenck, Othello) 之行為測驗，亦認為行為問題的兒童都比較低能，注意力不能集中，說話多，性情粗野無定，不耐煩，專反對人，時而憂鬱，時而狂妄。

泰司東 (Thurstone) 制定對行為問題心理衛生測驗，詢問下列各種問題：

您感到生活苦悶否？

您感到沒有人了解麼？

您有沒有不歡喜的先生？

教師覺得您太吵或說話太多麼？

您想留在學校念書，還是想出來工作？

別人常找您的錯處麼

您想從家裏逃出來否？

您有沒有給人家責罰得太冤枉？

總的結論，是問題行爲的兒童多出自家庭清貧之處。他們認爲兒童的品性，以經濟與智能爲最重要因素，所以要減少兒童行爲的基本辦法，即提倡優生與改善經濟環境。

3. 劃一級制與不合理之比較，常是造成兒童行爲之主要原因。育孟（Kohlberg）氏研究學校內所指定的行爲兒童中，三分之一是天才，覺到功課太容易與乏味；三分之二是低能覺到功課太難，而無興趣，至被教師視爲失敗。

4. 除天賦之外，教員常把學生的習慣與品性忽略，絕對內向，或絕對外向的孩子，往往在入學的初期不能適應，教員對這班孩子不能了解，致誤認彼等爲頑劣。

5. 教員的品格，學問及對學生之態度不良，亦會引起兒童之行爲問題。

七、少年犯罪問題

據一九三二年紐約警局之統計，四年內十六歲以下犯罪者共兩萬七千餘名；一九三三以後，這數字更是有加無已。考犯法之原因，或由於不適處，或能家庭環境不良，失學等等；此外，社會環境，父母人格及遺傳，訓練，習慣，身心的健康等情況都有關係。茲簡述各種行爲

問題因素於后：

1. 遺傳與天賦，在犯法行為心理分析上頗為重要，他們認為有些犯法兒童並不是後天習慣不良，而是有先天犯罪之傾向。

2. 個人福利與社會福利的基礎未能確立，生活環境不良，學校教育不能針對現實。

3. 心理殘缺，情緒不定，或低能，無法分別是非，曲直與善惡。

4. 學齡前習性不良，父母不作兒童之模範。

5. 學校不能使兒童有充分發展其興趣之機會，亦不能作家庭與社會的橋樑，兒童因無所適從而致犯法。

避免兒童犯法行為之產生，首重教育：

1. 注意個別適應與考查兒童失敗原因；
2. 與家庭密切聯絡，考查平日生活習慣；
3. 與法庭密切聯絡，考查平日其所犯之法律為何；
4. 兒童心理指導之巡迴診斷與治療；
5. 教育職業之指導；
6. 各種集團娛樂與活動之增設；
7. 電影、戲劇、文學、報紙、圖書等廣為宣傳。

第十四章 人格與行為之改善方法

——關於人格與行為之改善，應以兒童教育與兒童福利並重，二者相輔而成，不可偏廢。

一般見解，認為理想之心理健康的人，都有最高之智能與最優良之機會，與人相處，無內心之衝突，與外界之紛擾，對於一切得失均能逆來順受，生活優美。

精神衛生，與其但談理論，不若研究有效之實施方法。方法之產生，由於實際之經驗，心理分析，首重明瞭事實。本身之因果關係，然後定其診斷，而施以治療。

一、精神病一般之治療法

精神病理診斷，原為醫生之責任。心理分析工作開展之後，對於精神不健全之治療問題，異常重視，如果社會學家，心理學家及教師，對於各種輕重神經衰弱患者的症狀，有相當的認識，則精神治療之功效自顯。

梅雅 (A. Meyer) 認為精神病治療之方法，與其採用藥物化學治療，不若從心理上改造人格入手，然後將病歷與生命史跡全部觀察，以定其診斷。

精神病一般之心理治療方法如下：

1. 先有一個詳細的生理健康檢查，看他眼耳鼻喉牙有無生理之殘缺，但是，必把檢查結果告訴病人，免增加他們精神負擔。如果他精神上的病是生理殘疾影響，則先醫治他身體上的病。

2. 研究他家庭環境與工作情形，觀察那種環境的空氣是緊張抑和平。

3. 讓病人有充份機會，他的生命事跡，而不要無故中止它，並設法為他解決一切困難。

4. 優悅的用簡單的語詞為病人解釋，告訴他生理官能障礙常因心理不適應之影響所引起。

5. 在病人的優點上稱讚他，俾得着他的友誼與信仰。

6. 為病人安排一日程表，使他有良善之生活習慣與適合之營養。

7. 生理心理詳細檢查後，要為病者選擇，告訴他事實上他的病，並不如他自己所想的那樣嚴重。

8. 如果病人的確有某種症狀，應告訴他康復的步驟，然後使他有一種新的人生哲學應付新的潮流。

9. 神經衰弱之治療，精神衛生與生理衛生並重，舉凡營養、休息、運動、睡眠、不良癖生活習慣，訓練等均應積極注意，使他康復後有適當之出路。

10. 佛洛特 (Freud) 之心理分析重在醫生與病人之關係，其方法見另文。

二、辦理兒童心理診療的幾個普通原則：

1. 設有兩個兒童對環境的反應，可以完全相同，所以治療與人格改造之實施亦各異，在詳細心理檢查及檢驗小大便，血液之後，先從其心理缺點治療入手，然後設法同時施以心理上的治療，全視心理是互為因果的。

2. 家庭、課室內之情緒與空氣，對行為改造異常重要，有時我們可以從兒童的父母與教師的態度習慣之改良上入手。

3. 教育與職業之指導，與學校合作，找出兒童特殊的才能，使他有充份機會選擇適合的課程與導師。

4. 使兒童了解不適應之意義，助其改善態度，克服困難，指導他走上身心平衡發展的幸福之路。

5. 除環境考察與生理檢查外，更要進而測驗其智能，了解其生活習慣，診療更須與家庭及學校密切聯絡與合作。

三、直接與間接療法

直接指導法，就是指醫生對症發藥的生理治療與分析家對患者的直接談話，為這變態的孩

子備電的解釋一切，指導他走入正途，給他作各種比擬與暗示，做他親切的朋友和指導者，或選校中較大的同學，品德優良而為患者所敬服者負起這個責任。

間接指導法，就是研究影響兒童之環境與心境，這包括家庭學校、隣舍、社會、經濟和處境種種。有時孩子的行為與人格問題，是因為選擇學校不適宜而產生的，不過有時孩子即使進了所謂第一流的學校，而仍產生人格不健全的現象時，也許因為他功課趕不上同學，或因為他的家境與其他同學過於懸殊，以致引起種種不能適應的現象。總之，我們要為孩子選能適應其個性品賦與家境的學校，而不是要兒童去適應學校的環境。

間接暗示，在病人出院後繼續施行，其方法在能傳到使病人聽見的範圍內與其他醫護人員討論患者病情，應有的進展。我們要策勵這個心理不健全的孩子，改善他的行為，有時可以用反激法，對他說：「我從來沒有見過有這樣頑固不靈的人，而且我也不相信您會這樣沒有思想，」這樣有時也許可以引起他自動的願意改善。

入行行為之改造，是態度治療學，領悟及自覺治療學，模仿治療學與解放（鬆弛）治療學，教育或文化治療學的綜合實施。這幾種治療方法，必須取得患者的父母，教師及其遊伴共同合作，方克有濟；徒希望一個心理不健全的人憑自己的能力來征服自己的困難，征服艱劣的環境，實在不易。心理分析家常用所謂「自我改造法」，這方法最重要是在適合的環境內使患者可以很自由的寫醫生、社會工作人員或教師中述自己情緒上時困難，希望藉自悔艾以救；

凡在閱讀中認識患者的人格，由他的情緒，記憶及經驗，我們可以對他現在環境的困難作進一步的了解。

實施這種方法時，治療者切忌對病人予以任何批評或教訓，祇要為病者設身處地想及他的苦衷，了解他的困難，患者或能因此而得以一暢憤懣，情緒便可以自適當的出路；但是我們不能單就患者及其關係人的敘述，而立刻下診斷，必須經過深刻而冷靜的觀察與研究，對病人身心狀況有了清楚的認識以後，然後方可作任何決定。同時，要使病人自覺自律，而不完全倚賴醫生。

此外，更要觀察心理不健全的兒童在遊戲上，動作表情及言語上，平常日記及作文上研究這兒童的思想。

治療之主要者為個案研究法，在醫院社會服務工作上經試行多年，收效甚廣，此法將於下文申述之。

四、人格研究綱要

精神不平衡者，在未達至變異程度之前，必冀其能用自省法，使從新適應。以下是幾個學校所報告關於人格不健全的學生行為。

一 精神衝突者之人格研究：

- a. 以自我爲中心，過於自負，對別人的困苦缺乏同情。
- b. 自滿自足態度，對自己的缺點不擬改進。
- c. 把自己的地位提得太高。
- d. 自欺欺人。
- e. 刻薄之情。
- f. 把自己的一切看得太重。
- g. 事事從彼處方面設想，不與別人合作。
- h. 不能除去自己的偏見。
- i. 不受他人之批評與指正。
- j. 內向或沉默寡言者。
- k. 常處於不可解的憂悶者。
- l. 好諷刺別人者。
- m. 好支配別人者。
- n. 眼光短小者。
- o. 祇能看見事理之一方面者。
- p. 生活無序，工作遊戲休息睡眠沒有定時。

中，成見未決或存偏見者。

「家庭中之至高無上學帝。」

五人格研究之目的：

人格研究之目的，在了解患者之生命背景及家庭狀況等，而善導之，俾能自警，而重新適應。關於患者的言行工作與感覺，均須使之滿足其實際需要，而能下一苟日新，又日新，日日新之決心。

五人格研究方法：

a 梅雅等所倡之分析，係由醫生研究患者人格。

b 應將患者生平事跡，嚴守秘密，這是社會工作人員研究患者人格時應有之職業道德。
c 自傳或自我分析法，由患者將父系與母系親方面的情形，及其他曾患過之各疾病，足以影響其人格之言行，家庭演變，對宗教學校規之意見，兒童所代之各種憂苦及困難，對家庭應負之職責等等，經過這樣詳盡分析之後，患者自己便可逐漸感到情緒有了適合的解放了。

d 以上是生命的縱的研究法；關於橫的研究法最好把生理心理之環境的現狀，詳加分析，主客觀研究，或主觀之檢討。

五人格研究之內容：

第十四章 人格與行為之改善方法

一、般調查——關於個性差異，成敗及人生種種問題等，如：

1. 職業——過去及現在工作之成敗：

a. 爲糊口而工作，

b. 爲學習而工作，

c. 爲服從長者之命而工作。

2. 休閒娛樂：

a. 嗜好，

b. 遊戲，

c. 娛樂，

d. 最喜歡的幾個作家。

3. 社交運動：

a. 家庭對你是否負全部經濟及教育之責，在何時你能自立自治？

b. 社交關係——樂與人交否？

c. 加入何種宗教團體，或黨，參加的理由爲何？

d. 對學校教育之興趣如何？

e. 對教育之興趣如何？

4. 慾望與目的爲何？

5. 脾氣如何——易怒抑容忍？

6. 思想與行爲是否一致，你的夢境能實現否？

7. 您在何時感到處於得意之最高峯？

8. 別人對您工作能力評價如何？

你自己對自己工作能力評價如何？

你希望自己能做到那一步？

你的人生之希望與目的爲何？

9. 試把下列人格平衡的公式測驗你自己，視其假設之結果如何？

理想、情緒、精力、慾望、希望、別人贊許您的程度與您自己良心上最後的評價

10. 您自己尋求機會，抑等待各種機會之來臨？

11. 把您生命整個計劃與進行步驟，作簡要的列出。

12. 現在您的工作在整個計劃上，已完竣到加一種程度？

13. 您的動機、思想、感覺與行爲動作平衡否？

14 那一種動作使您感到無聊？

五、生理習慣之特殊分析：

每一種經驗都與智能，動作之趨向，情緒之反應，有莫大關係，茲分述之於后：

A 活動之趨勢及進行中所表現之動作，對您日常生活最有影響的是甚麼？依影響程度之深淺而列出，如遊戲社交智慧自我鑑察等。把您認為最重要的希望與趨向指出，並申論青年時之經驗與訓練，對這希望與趨勢所造成之影響。

您覺得有沒有學者態度與君子氣？您覺得自己的嗜好與志趣高尚否？

B 把您吃烟酒茶咖啡及其他刺激品之理由指出，甚麼時候開始吃的？怎樣開始吃的？打算減少否？

C 特殊的工作：休閒娛樂嗜好是否受了某種內在的趨向所指使？

D 您選擇與決斷時，常遊移不決抑忙刀斷亂蔗？類此矢彼時又怎樣？若困難不能解決時置之不理，是否會感到內心有一種莫名的威脅？

E 您的各種學習曲線，在何種情形之下，並降遞升或是呈靜止的狀態？

F 您有沒有堅強的意志？樂於試行新奇的事還是喜歡固守成見？您個人認為對社會的隆替有無責任？您認為自由與自我表現之意義為何？

①兒童時代所受的刺戟，過慮的事曾否影響及現在的思想與行為的動向？

②有甚麼特殊的內心衝突，對您人格的發展上發生影響？

③在您的經驗上，覺得責罰有何用處？

④思想的組織及智能之發展

⑤在下列各點，您自覺勝人一籌還是比人不上：

1. 心理活動與好學程度？

2. 所得印象為何？

3. 能記憶多少？

4. 有組織能力否？

5. 思想是否清楚？有沒有因小失大，或孜孜計較？

6. 您能注意集中於您的活動否？

7. 您是否善用您的智慧？

a. 您的幻想豐富抑虛渺？

b. 您有甚麼特殊才幹？

c. 您願專門那一科？

e. 您的職守官能上，對您的選擇有何影響？例如您想專學航空，您的視覺聽覺有無障礙？

f. 您的智能測驗結果如何？

g. 把您升學的計劃詳列如下：

1. 大學擬主修何科？

2. 未進大學之前，您覺得應該有何準備？

3. 您覺得小學課程那一科有興趣？請填此表

填	四	海	傳	一	經	外	國	動	工	作	成	敗	如	何

4. 您覺得最重要的失敗是甚麼？

5. 失敗的因素為何？

6. 有甚麼困難使您不能為所欲為？

7. 您的才智是不與時日增？

情緒之趨向：

把您認為情緒反應最顯著的各項列出：

(1) 反應之特徵？



- (2) 在何種情形之下，最易產生？
 - (3) 在主觀行為與客觀行為有何區別？是否善於人見？
 - (4) 您覺得抑制情感有何代價？
 - (5) 情緒對於成功之助力與阻力為何？
 - (6) 是否患得患失？
 - (7) 支配您的情緒為何？
 - (8) 別人或情用事時，您是否設法遷就？
- a. 您會給別次的情緒波動到何種程度？
 - b. 您幽默否？
 - c. 您可以把使您成敗的因素指出否？
 - d. 您的自制力如何？
 - e. 您如何使情緒之表現與控制平衡？
 - f. 您覺得情緒之發洩或控制至何種程度對您身體有害？
 - g. 您覺得情緒之發洩或控制至何種程度對您身體有害？
 - h. 您能接受新意見否？是學者態度抑科學態度？
- 態度——意識的或非意識的態度：
- (A) 主觀與客觀態度有何區別？
- (B) 您能接受新意見否？是學者態度抑科學態度？

人格與行為之改變方法

- (3) 您選課是爲了興趣或是另有其他理由？
 - (4) 您是否覺得自謙就是恭謹誠厚？
 - (5) 您是否有超人之智？
 - (6) 您願意倚賴他人否？
 - (7) 動作態度有何區別？
 - (8) 誠實、多疑、批評別人三者對態度作何影響？
 - (9) 是否認識現實？
 - (10) 對朋友的態度如何？
 - (11) 您的忍耐與恆心如何？
- 或為期中所表現的發展如何：
- (1) 兒童期有害的爭鬭對發展之阻礙如何？
 - (2) 兒童期有益的奮鬥對發展之助力如何？
 - (3) 客觀態度與主觀思想在此期之改變如何？
 - (4) 您是否成功者？
 - (5) 您願意爲他人服務否？
- 工作遊戲休息與睡眠的時間是否合理分配：

(1) 睡眠——您睡得多麼——夢可以使您完成未滿足的慾望。

(2) 您的注意力是否能時時集中於工作？

(3) 健康情形如何？小恙是否影響的大計？

(4) 是否勤靜有時？履行生活日程表否？

(5) 是否勤勞不懈？

(6) 生活使您疲於奔命否？

社會關係：

(1) 您在家庭的地位如何？

(2) 親友羣體之社會在您生命中有何影響？

(3) 當您失敗時是否特別思家？

(4) 您朋友少抑多？冷淡抑熱情？

(5) 您會領導何種社團？

(6) 您個人的慾望與家庭社會的要求，能否協調？

(7) 您對新理論的態度如何？

(8) 您忠於朋友否？

(9) 您對應負之責有甚麼感覺？

- (10) 您會把自己視為特殊人物否？
 - (11) 您能否接受他人之忠告與批評？
 - (12) 世界負您否？
 - (13) 您太自信抑大畏縮？
 - (14) 您認為主要的社會問題是甚麼？
- 性發展之型式：

- (1) 性發展知識如何？
 - (2) 性問題對生活有何影響？
 - (3) 您得着您所需的概念否？
- 特殊困難：

- (1) 情緒與品性——是否小胆、害羞、畏縮？
- (2) 生理健康止舉止上有沒有特別使人注意之點？
- (3) 那一種動作使您最不安？
- (4) 是否稚氣未除？
- (5) 人生最難過的是甚麼？
- (6) 您個人的癖性是甚麼？

失隨時的反應：

(1) 您怎樣去尋求安慰與鼓勵？

(2) 失望時您何力壓抑您的痛苦還是把事情看得太嚴重，而願一死了之？

原始之合理優劣傾向：

(1) 遺傳，

(2) 特殊的發展，

(3) 環境影響，

(4) 下意識動作，

(5) 不經意的反抗。

在您生命的過程中，把對您人格發展的趨向影響最深的舉動及經驗及環境詳為研究檢討。
人格平衡發展之要點：

(1) 從甚麼地方可以觀察出您健康情況？及快樂程度？工作效學？社交及學習能力之趨向如何？

(2) 您的興趣對遊樂、休息、文學、藝術、宗教、科學、及人生哲學能協調否？

(3) 您怎樣度過幻想與實際之間的橋樑？

(4) 您的理想常更換否？理想在您人格上產生甚麼效果？

(6) 您有超世嫉俗之感否？

(7) 您達到那一種時期及那一種地步最感到滿足？

(8) 在您的立場上，認為心理對人格有何影響？

(9) 您覺得能達到完善境界否？

(10) 您對文化、歷史、文學、語言、科學、社會、宗教、政治有無興趣？非在實際應用範圍上。

心理學上。

(11) 在您的人格研究上，生理心理學對這工作的進展，能有何種影響？請敘明其詳情。

六、自我適應方法：

(1) 衣食住行：

原始衝動傾向

個人習慣

社會背景

充飢

飲食爲了

解渴

嗜好

社會習慣風俗各種營養學之理論。

美、穿衣爲了

保溫費用

相沿習俗，家風，家庭地位之關係。

社會習慣

安適

住、房子要在

寬大

家庭佈置，職位關係或迷信風水。

占勝地

工作

行、行爲表現

社會要求，家庭需要，與學習及所受訓練之關係。

擇選上

遊樂與休息：

集團或社會遊戲——您喜歡獨自釣魚，或團體遊戲，最妥善之休息方法及時間，有無早起

與全睡之習慣？

性脾勝……

春情發動之反應？

第一大章 人格之形成之改善方法

社會風俗之影響。

d. 社交禮節：

社會間彼此關係；

個人對團體精神；

個人自由與政治組織？

e. 受外侮時屈服抑反抗？

自我保障，反抗抑服從？

憤怒時各種反應？

為個人權利爭執否？

f. 思想及語言：

談話投機，抑格格不入？

問非所答，抑意在言外？

七、人格完成及謀效率：

健全人格之培育應怎樣？

最重要的是要對得起自己和愛護您的朋友。站在客觀的立場，評論您自己的優秀各點，寫

越的情緒有適當的出路，而把自己從不幸中解放出來。克服環境的困難，而勇於創造改造自新的機會。接受他人之忠告，而時時反省，使心理的功能與元素，得以各方面平均發展，承認自己的短處，而勇於改進；珍惜自己的長處，而未必退於自傲，就自己能力所及而決定我們的目標；人類對世界之供獻，無論為大為小，祇要在其可能中去努力，生之意義便在其中了。

則是對自己的行為與動機經過詳細而確切的分析之後，自應予以適合之支配與控制。人格高尚者決不為所欲，自私自利，他必須為增進人類的幸福而努力供獻。他是心胸廣闊，光明磊落，以學者態度接受一切新知，而不以感情用事，以幽默的態度使自己能自拔於人事複雜的錯亂關係中，自愛愛人，應以正心修身齊家治國平天下的箴言策勵自己，生活應以培育自己和他的健全人格為目標。

四 教師對某種人格心向之保護

教師應該知道自己生活的藝術，能予學生的學習反應以重要的影響。所以，應該以身作則，情緒與態度習慣，應當足以做學生的模範。每一個完善的教員，必須盡力做到以下各點：
1. 因兒童能力之個別差異，而分別每個孩子決定工作計劃，而使他自己能權專理之輕重以決定一切收拾。

2. 認識他的能力與興趣與需要，而助長其發展。

訓練學生之家庭狀況與品賦，而助其完成計劃。

d. 使每個學生成爲自動而非被動的實踐者。

e. 使學生成爲社會大衆福利理想而參加集團工作。

f. 使課堂間之感情空氣融洽，使學生頭腦冷靜，樂於學習，混養新知。

g. 使調劑使學生克服其困難，而不要使他用功過度。

h. 使學生兒童，尊重其人格。

人起過後應對學生親如手足，使他覺到您是和善可敬。

i. 對學生一視同仁，使他們彼此愛悅，而不相忌。

k. 不要打罵學生，而引引起他的反感；過於嚴格的訓練，或課堂空氣過於緊張，而增加其學習困難。

附錄：

1. 協助兒童認識他的責任與問題，適應學校的生活。

m. 與學生家庭及社會團體合作，以增加其福利。

n. 在學生的缺點上，盡力協助，使他能克服困難。

使每一個兒童都能有機會在某一點上取勝，應以其努力之所得結果評定分數，鼓勵他與智

能相當的同級友競賽，而不強他們和大部份的比較。

人應研究首重自我分析，要發掘自己的品性，習慣，各種偏見及內心矛盾等，應有自知之

剛，俾能對自己有充份的領悟與妥善之安排。茲將這工作的價值分述如下：
其對社會學、遺傳學、生物學之足以助長人格之發展的新認識。

2. 教師經人格研究之後，將誠心誠意協助兒童能從大處着眼，小處入手，以改善自己。

3. 經自我分析了解自己人格之後，幾多可歌可泣的事，經我的良心洗刷一新，和靜安息，有如狂風暴雨後的宇宙，肅然平靜。

4. 勉勵教師詳細觀察他學生的個性。

5. 經心理自我分析之後，使我更易於了解自己與他人。

6. 造成人格之基本原素是師生如一，所異者僅為成熟與經驗之影響而已。

7. 對行為問題診斷有莫大的助力，同時協助精神變態預防之適應。

8. 由人格之研究而了解生理與情緒之關係，可作為學生訓育之原理。

9. 培育健全人格，就是精神變態之預防，使家庭、學校、社會三方面能共同合作，改進兒童生活。

10. 研究兒童的人格，應該把兒童教育與兒童福利並重，二者相輔而成，不可偏廢。

九、個案研究法概要

人格與學習能力，互為因果，已如上述。不過，單從行為的表面觀察是不能判定一個學生

的人格，必須進而了解其不適應之因素，而決定學生人格不健全之治療與診斷。

個案研究法係據「做上學」的原則，使不適應者得以警語既往，籌策來茲。

個案研究大綱

一切個案均須注意之事實：

姓名	性別	種族	日期
地址	出生日期		電話
年齡	年級		出生地點
學校			智商
個案介紹人			地點
案主親屬			地點
家庭醫生			地點
校長			地點
主任教師			地點

正由過去歷史所調查之各項事跡：

1. 該兒童使人不滿之點——有甚麼異態或錯誤行為？
2. 身體缺殘或他環境做成之因果關係？

3. 個人史跡：

a. 發展——自胚胎起至出生時有何特殊，母親懷孕時曾患重病否？是難產抑順產？
體重，牙齒，學語過早抑過遲？

b. 精神方面——怕黑，惡夢，胆小。

c. 人格方面——友愛，忍耐，敏成，快樂，合作，尊重別人，接受教訓。

d. 習慣方面——食物，遊戲，工作，情緒及個人衛生。

e. 學校方面——自幼稚至小學之才智，興趣，離校原因，對師友態度等。

f. 營養或先天性患疾。

g. 性知識經驗與習慣。

h. 往命史中特殊事實，如失留或大刺戟與遠途旅行等。

1. 宗教與思想上之信仰。

2. 家庭——父母對他賞罰的嚴淺，家教，情感及父母子女間之關係。

3. 鄰里——好壞之影響及一般社會經濟狀況。

4. 家庭事跡：

父系母系與有關親屬之年齡，職業，健康，教育，有無精神變態者，特殊傑出人物，在社會上之各種活動，家人患病與死之原因，人格，遺傳及性教育等。

體格檢查——一般情形，營養——過輕抑過重，眼、耳、鼻、喉、牙，神經系統，愛克司光（X-ray）透視，血液及血壓檢查等。

IV 心理檢查：

1. 行為態度——外觀合作，好靜抑好動，對此測驗之興趣如何？
2. 思想系統——有無系統，豐富否？有無中心思想？
3. 情緒——主觀與客觀，感覺如何？
4. 思想之缺點——破壞，畏懼，好幻想！
5. 記憶力如何？

6. 心理分析測驗之結果。

立診斷——經生理心理檢查，家庭、學校及個人訪問以後，始行決定。
立治療——用實驗的態度，試行各種使兒童適應，而回復其興趣之方法，對左列各方面作合

理之建議。

1. 學校
2. 醫師
3. 家庭
4. 社會

5. 個人

6. 其他

研究工作進行紀錄表，將病人各種行為之因果事實施之計劃，按步視其復元所需之時間與所生之效果。

匯日記式的把每日的新發展記下，備後來繼續研究此案者有所參考。

這種人格個案研究法，可以由教員，社會工作實習學生，醫生，心理分析家等，視情形之需要而分別實施，在精神病患者之學校，家庭，人格，習慣各方面作詳細研究，然後診斷與施行各種治療。要實施這種工作，必予頭萬緒，故工作者當本總理知難行易之精神，貫徹始終，成功自有可期。

第十五章 人格與行為改善法（續）

——健全人格之改造與培育，為實施心理衛生不可少的急務。——

一、兒童行為分析之價值

兒童的行為，不能作主觀的判定，而需用客觀的探討，以測定其行為之真相。這分析在教育上的價值如下：

1. 學校為學生而設，而非為教師而設。所以，教師不應為教書而教書，應當為學生而教書，一改以前錯誤觀念。
2. 教員對學生之個性能力，應有清楚之認識，俾能予以適合發展之機會。
3. 教師可找出下列困難之解決方法：
 - a. 學生怎樣可以成功？
 - b. 學生為甚麼會失敗？
 - c. 他甚麼時候，可以感到快慰滿足？
 - d. 兒童最喜歡參加那一種活動？

2. 兒童情緒之趨向如何？

f. 有甚麼特殊愛好？

3. 日常的不良習慣為何？

4. 把兒童動機，情緒，行為，習慣找出而善導之。

5. 使兒童學識，工作能力，人格皆充分發展。

6. 兒童天性，賦與行為之影響之研究。

7. 使他們在學校之內及離學校之後，同樣的適應實際生活。

8. 究其與兒童教師共同討論合理之辦法，俾其在日常生活內感到成功和滿足。

9. 在兒童心理生理環境及精神分析上教師可以教學相長。

10. 使行為人格問題，可以用科學化的實驗法來分析與研究。

二、人格分析應注意之點：

1. 對兒童行為不滿之問題：

a. 道德及訓育問題——如偷盜，不服從，逃課，性罪行等。

b. 人格問題——行兇，妒忌，懶惰，不注意等。

c. 學校功課失敗之原因，聰明而不留心。

11. 習慣問題——咬指，拒食，靜息無時。
12. 家庭背景——後父後母抑寄養之家？有無精神病及不良嗜好？
13. 自生後至成熟期之身心發展情形如何？
14. 學校課室中與遊戲場上之態度，是否常無故缺席？
15. 家境——是否僑民，一般衛生環境及經濟狀況如何？
16. 鄰里及社會上一般情形。
17. 人格與心向——自覺，自治，自律與自足之觀念。
18. 一般衛生習慣。
19. 休閒娛樂與興趣——嗜好集會結社，休閒時間之利用，興趣與各項活動。
20. 工作情形——時間，薪金，興趣及對雇主之態度。
21. 體格調查之結果。
22. 過去重病。
23. 心理檢查——智能上抑行為上之殘缺。
24. 其他有關之事實。

(Fountzlu) 例示表析方格人童兒

期日	次級	別性	名		型
			點缺	點缺	
各級實施 各級實施 各級實施	要專 之善改	習實 級升不	不顯著	不顯著	對學不生滿之點.1 體.2 智.3 人格.4 習慣.5 情緒.6 興趣.7 態度.8 家庭遺傳.01 社會.11 工作.21 課外活動.31 其他.41
			不顯著	不顯著	
1. 第一級	1. 組分				
2. 第二級	2. 多與操 會操習				

第十五年 人格與行為教育法 (續)

一九二九

數次之視訪

止_____起_____期日究研；註

名簽員作工

三、學校社會合作法：

1. 與各種救濟機關合作；
 2. 與職業介紹所合作；
 3. 與衛生醫療機關合作；
 4. 與地方官吏合作；
 5. 與宗族及鄉團合作；
 6. 與其他兒童指導所合作；
 7. 與各業餘會所，如青年會，教會及民衆館合作；
 8. 與學校自治會，自強團等合作；
 9. 與保甲長合作；
 10. 舉辦各種母親會，兒童會；
- 以使各社團互相合作。

四、外界協助人格改善的計劃

1. 目的；

- a. 使地方團體注意兒童之需要；
 - b. 地方社會調查工作之推行；
 - c. 地方應為兒童設立適合之學校，住所及遊樂場與醫藥設備；
 - d. 母親學校，兒童福利討論會等之設立；
 - e. 使兒童有反省團，自治會等組織；
 - f. 運動會，演講會，討論會等，使身心健全發展；
 - g. 指出對兒童有害之風俗習慣及不合理之處置，並廣為宣傳，使之改善；
 - h. 提倡性教育；
 - i. 父母育兒經驗談話會；
 - j. 公民訓練；
 - k. 自衛團之組織。
2. 進行手續，
- a. 教員對當地有清楚概念以後，容易實施，鄉土教法；
 - b. 家長聯歡會；
 - c. 推進心理衛生工作委員會；
 - d. 各方團體聯席會議；

2. 兒童福利設計委員會；

f. 民衆教育；

g. 電影宣傳；

h. 心理與管理聯合討論會；

i. 社會病態研討會。

3. 人物：

a. 校長，

b. 教師，

c. 父系，

d. 母系，

e. 其他公民，

f. 各團體代表，

g. 兒童福利基金委員會，

h. 社會工作人員，心理分析家，

i. 地方商團代表，

1. 地方工人代表

- k. 地方行政代表，
 - l. 各報館主筆，
 - m. 青年會及教育團體主管人，
 - n. 其他地方代表。
4. 各種活動：
- a. 社會調查，
 - b. 心理衛生實驗區，
 - c. 公共衛生實驗區，
 - d. 托兒所，
 - e. 學前兒童健康社，
 - f. 各種健康比賽，
 - g. 各項救濟設施，
 - h. 工作訓導所，
 - i. 父母指導所，
 - j. 兒童行為指導處，
 - k. 兒童反省感化院，

- l. 遊樂場，
- m. 業餘俱樂部，
- n. 成人訓練班——家政，
- o. 戲劇團，
- p. 音樂團，
- q. 寫畫團，
- r. 跳舞會，
- s. 旅行團，
- t. 合作社，
- u. 公共食堂，
- v. 文化改進會，
- w. 賣物會，
- x. 遊藝會，
- y. 演講會，
- z. 讀書會，
- za 電影教育，

- bb. 公共眼病防癆所，
- cc. 公共牙病防癆所，
- dd. 巡迴防疫部。

五、內部計劃。

- (1) 建立人格計劃，
- a. 兒童人格改進研究，
 - b. 兒童品賦輔導研究，
 - c. 低能兒童職工計劃，
 - d. 不能適應之特別輔導班，
 - e. 父母新舊介紹處，
 - f. 古今中外名人介紹會，
 - g. 課外活動會，
 - h. 讀書促進會，
 - i. 自我檢討會，
 - j. 流動圖書館，
 - k. 閱書心得講習會，

各種宗教團契，

h. 勵志社，

i. 樂羣社，

o. 童子軍，

p. 青年團，

q. 夏令營，

r. 姊妹會，

s. 兄弟會，

t. 其他。

2. 診斷治療：

a. 不適應兒童之處理，

b. 不適應兒童行為之研究，

c. 不適應兒童行為之心理治療，

d. 不適應兒童行為之生理心理治療。

六、學校之團方法：

(1) 青年強勇團，

- (2) 各種糾察，
- (3) 各種文學會，
- (4) 班會，
- (5) 教師愛友會，
- (6) 學生自治會，
- (7) 學生勵行會，
- (8) 行爲改進會，
- (9) 學問研究會。

五、心理衛生之預防學理

1. 人是身心不能分立之整體，故生理上之殘缺應及早治療，亦爲心理衛生預防之主要條件。
2. 人的情緒比理智爲強，應使之適應與有相當出路。
3. 避免管教兒童過嚴，而引起其內心衝突。
4. 針對現實，認識現實及承認自己弱點。
5. 使工作遊戲能合理分配。
6. 使兒童有完固之目的及培養生活上興趣。

7. 在工作，讀書，遊戲各方面，養成止於至善之精神。
 8. 爭取幸福，自由，快樂，而不必爲利。
 9. 選擇決定之後，勇往前進，而不追悔。
 10. 以幽默應付人事困難。
 11. 應有自知之明與自我改進之力。
 12. 溫故知新，稔乾窮年。
 13. 人生哲理。
 14. 知法守法。
 15. 適應世界潮流，以新思想，新知識應付新時代。
- 健全人格之改造與培育，爲實施心理衛生不可少的急務。

第十六章 智能測驗對心理衛生之應用

——以智能測驗決定心理之健全及患者之人格，為精神分析之一種新動向——

——智能愈高，精神愈愈少，是心理分析家的新發見。換言之，人格不健全者多低能。低能者最易犯精神病，是智能測驗應用到心理衛生上所產生的定律。——

一、造成人格之主要因素

智能測驗，最初僅為教育心理之應用，晚近乃成爲一種獨立之科學。

以智能測驗決定心理之健全及患者之人格，爲精神分析之一種新動向。人格之解釋如下：

1. 個人之一切行爲，
2. 個人之本性，
3. 個人與社會之關係。

造成人格之主要因素，包括下列數項：

1. 智力；

2. 道德；

3. 感情；

4. 自我表現；

a. 外向，

b. 內向，

c. 好勝，

d. 屈從，

5. 社會性；

a. 感受性，

b. 態度，

c. 德性。

社會工作者首倡以智能測驗估量一個人的人格，乃發現精神病就是人格不健全之表現。

二、智能測驗之沿革與類別。

歐美因為要普及教育，而實行強迫教育法。由是發現了不是每一個人都可以念書，智能測驗，便成爲社會迫切之要求。自一九〇四年皮納（Binet）氏在巴黎開始試驗，醫生西門氏助其修正，一九〇八年始完成，直至一九一四年推孟（Terman）又復將其修改而應用於美國。

中國則於一九二一年，陸志韋先生最初試用，一九三八年以後，中西人士對此項工作之推進均不遺餘力。

三、智能測驗類別：

1. 語文測驗，分個人團體兩種。我國小學語文測驗，有蕭孝燦所編訂者；中學則有廖世承等編訂者，均均參考。

2. 非語文或動作測驗：

比納氏及西門氏未製有三級之測驗表，美國 E. H. Hays 及 Casey 等，則自初生兒至五歲，均有詳細之測驗表。此外，尚有 Binet's Pattern 從週歲至六歲之兒童行為測驗，蕭寺山先生把它修訂應用到中國，而名之曰「愚賤測驗」。兒童心理家陳鶴琴先生，對此項工作亦頗有貢獻。

3. 此外尚有美國海陸軍之心理測驗，Goddard's 之團體圖畫測驗等。

過去一般之智能測驗，多應用於教育上，智商在一百三十以上者為天才，一二〇以上者為優秀，九〇者為普通人，七〇者為劣等，七十以下者為低能。智者恆智，愚者恆愚，是遺傳學之立論，智商愈高，精神變態愈少，是心理分析家的新發見。換言之，人格不健全者多低能，低能者最易變質，是智能測驗應用到心理衛生上所產生的定律。

照測驗家之統計，認為智慧發展最速之時期，乃在二十歲至三十歲之間，三十歲以後其智力必呈退減，四十五歲之智能約與十五歲時相仿，故心理衛生之預防工作應自幼時開始，直至衰者為止。

四、應用於心理衛生之各種測驗

1. Allport; 屈從人格之測驗。
2. Willanather; 情緒測驗。
3. Woodworth; 精神正常測驗。
4. Rinslett and Neuman; 內向與外向之診斷測驗。
5. Hasb; 社會態度與興趣之測驗。
6. Allport; 特殊興趣測驗。
7. Ommake; and Mess. Mumps; 社會智能測驗。
8. Hartshorn; and Mork; 誠實及其他品格之九種測驗。

測驗工作對心理衛生最大的貢獻，就是使社會人士能從幼時察內了兒童之品性與人格，而協助改善兒童之行為問題與培育健全之人格。

第十七章 精神病理與心理衛生

——精神病，在心理分析的立場上每人都是免不了；狹義言之，則專指思想行為之變態。

一、心理衛生運動與精神病

精神病在心理分析的立場而言，每人都免不了，狹義而言，則專指思想與行為之變態。中古時代認為精神病患者都是作了虧心事，而受天譴者。醫生們可以由生理實驗而知道體病的病源，能加以控制與療治。精神病由於道德上人格上種種不正常行為的影響所造成。心理分析學沒有提倡之前，無由了解精神病理，當時德國社會輿論，認為應把這種社會的害處了了，以免遺傳後代。自心理衛生運動開展後，對於精神病問題有三種很重要的改善：

1. 如何預防精神病；
2. 如何減少患者之痛苦；
3. 如何增加其對社會之貢獻。

我國精神病患者之確實數目，向無統計，十年前國內各醫學院，尚無此科設立，自一九一五年，由心理學家發起心理衛生協會後，一九三六年，中央及湘雅兩醫學院，才增設此科。

心理衛生協會於一九三七年即告結束，其後雖經多次重新組織，以限於人才經費，迄無多大貢獻。據說第一次大戰之後，美國紐約一城，二十二人中即有一人須進精神病療養院。根據一九四一年約翰何基 (John's Hopkins) 醫院羅便生 (Professor) 醫師之調查，發現百分之七〇以上之腸胃病者都是輕精神病患者，於是與他主張病人的生理心理病理與環境，在治療效果上同樣重要，認為人之得病，無論是生理上或心理上的殘缺，都不是單純的醫學問題，而同時也是社會福利問題。

二、精神病學理之沿革

精神病在上古時代，歐美人士主張患者遠處森林，散步，看戲，聽音樂。如果怡情悅性，仍不能使精神病患者恢復常態，則服吐瀉藥，放血，使病者無力吵鬧；如仍躁狂不已，則加以鞭打，燒手等，綜之，對於病者之治療與處理，完全無具體辦法。

至一五七三年英皇亨利第八，指定收容瘋子之房舍，是為設立瘋人病院之始。十八世紀時，英皇佐治第三自己是個瘋子，疾病愈時發，引起上議院對該問題熱心調查之興趣，隨後即有各種關於瘋子在國家社會地位之法律規定，一般精神變態者，實在托福不淺，因為主治國王瘋症的威廉醫生，極力提倡改善對瘋子的待遇，並認為應使其有相當自由，引起德美法意各國對此事之重視。十八世紀初葉，德國對精神病類，開始作精密的研究，但過於偏重生理，而忽

為心理學社會問題，故法律亦應。

二十世紀以前，奧國及匈牙利等國各時氏均為人類之精神狀態，由於「性」，開發情緒因素；梅雅（A. Reiss）則認為精神病之發達，例如社會因素。最近的研究者皆主張生理心理情緒等環境並重，逐漸證明人類精神之衰弱，多由人十種因素引起。隨症治療遠不如預防醫學。自彼亞氏（C. C. C.）著「心靈自我認識」一書問世後，梅雅氏乃以心理衛生運動為精神變態防禦上不可少的良方。可惜我國精神病院之設，尙鳳毛麟角，預防更談不到了。戰前蘇州廣州上滬北平四處均設有精神病院，戰後成都中央大學附屬醫院，亦曾設精神病院一短期，而迄今仍未有大規模之國立精神病院。故精神病學之研究與心理衛生運動，在我國尙在萌芽待長的階段。

三、精神病學與法律

我國法律上規定之精神與精神病症所認定之精神病不同，例如條文中所謂「心神喪失」或「心神耗弱」等，精神病理學上根本無此名詞。茲將我國民法與刑法對精神病的規定略述如下：

(一) 民法

第十四條 以上之成人，其識別力者，為心神喪失；心神喪失者不能買賣，借債，……受

託，結婚，……等。

b. 男子不滿十八，女子不滿十六，不能結婚，矧子十四歲以上，十八歲以下，心神耗弱，能力減低者，亦不能結婚。

c. 心神喪失或精神耗弱至不能管理自己事業者，得由法庭及其配偶申請禁止。

(二) 刑法

a. 一切心神耗弱變態行為，非出於故意者不罰。(十二條)

b. 行爲不能明知故犯，不知不覺而構成犯罪事實之心神耗弱者減刑。(第十三條)

法律上凡不滿十四歲，心神喪失者不罰，十八歲至二十歲及八十歲以上心神耗弱者減刑。綜以上述，法律上認爲精神喪失之條件如下：

1. 無辨別是非能力者，

2. 無抑制衝動能力者，

3. 無詳細考慮及決定之能力者，

4. 犯罪是由癡態所成者。

法律上所規定的十四歲，僅係指生理年齡，而不是指心理年齡。對於嚴重犯法的兒童，斷不罰，而規定把他們放在感化院內與癡口嗜好者，受同樣的感化教育。在心理衛生的立場上觀之，這是一種極不合理的處理，因爲心理分析家們認爲低能者多犯罪，應以心理年齡爲標準，

而人格之改善，最好是個別感化，團體策訓收效其甚微，我國法律之關於精神變態之法規與精神病學理背道而馳，希望能根據科學原理以改善之。

四、精神病學理與人格

在精神病學理的立場上言，一人格一二字不是普通人所解釋的「道德」。心理衛生家認為沒有兩個人的人格可以完全相同，人格之不同，如其商然。在精神病學理上，一人身心之品賦及後天之訓練與環境之影響，隨時隨之消長而增減，此之謂人格，茲分論於後：

(一) 人格之先天因素

甲、體質方面的因素：

研究者把人類體態分為多種，認為它有決定人格發展的趨向，加新美(Kretschmer)發現躁狂之精神病患者多外向，好交際，多說話，頭圓、臉寬、鼻大、頸短、肚大、四肢肥、身上多毛者為「躁鬱症」之型患者。

此外，頭小、髮硬、臉長、四肢細長、內向、沉默、寡交，想入非非的自願書生多為「分裂症」。受內分泌障礙之矮胖子，則多為「過敏症」之典型患者。

乙、智能方面的因素：

智能受遺傳所支配，成為無可否認之事實。智能之高低對人格有密切之關係，已如

上述。照心理實驗，智商在二十五以下者連自治之力都沒有，當然不能辨別是非曲直；智商在五十七至七十之間者，祇知損人利己；八十之智商者多祇顧目前享樂，而無理想與意念，娼妓多屬此類。人格之先天因素在智能測驗應用於心理衛生上時經已佐證，不另贅述。

丙、種族的因素：

人類的歷史、文化、地理、氣候、風俗，對人格之影響，異常重要。根據美國的統計，猶太人智商高，輕躁狂患者亦多；愛爾蘭人多患酒精精神病；德人的天份雖高，但患梅毒之精神變態者亦不少。所以，「優秀民族」之先天因素，也免不了受社會文化背景與習俗所左右，而造成所謂「民族性」。

丁、性別的因素：

人天生而有男女之別，由生理不同而影響至心理之發展各異，故性別對人格之造就方式與結果自然不同。

戊、胎內環境與發育的因素：

1. 經生理的實驗，我們知道受大刺戟時血管收縮即發生障礙，胎兒在母體內，姪婦照過各種治療性之工作，或電亦會影響胎兒腦之發育。

2. 母體內胎兒，如母親患梅毒而未經治療，祇有百分之十七可以發育，而百分之十七醫

中仍有三分之一為低能者。

除梅毒外，其他重症及高度熱對胎兒之影響亦大，所謂「先天不足」的現象，是胎內環境不良所致。

8. 各種內分泌腺分泌過多，或過少，胎兒身心發育亦受影響，最近「荷爾蒙」理論已用藥物化學設法解決此障礙。

(二) 人格之後天因素

甲、學前教育：

中國古語所謂「三歲定終身」，故學前之家庭教育，應予以積極之注意。

(1.) 父母不和，對兒童之影響，至為重要，因為父母是兒童所崇敬愛慕的人，如果他們和睦，子女必感到快樂滿足；如果他們意見不合，孩子無由判定誰是誰非，便無所適從，必定感到煩惱。

(2.) 兄弟姊妹關係：

兄弟姊妹，親如手身，如不相親相愛相助，而相妒相恨，則日後在學校社會時必不能適應。

(3.) 祖父母及其他親屬之關係：

家庭間叔伯妯娌不和，婆媳紛爭，常把孩子作出氣筒，兒童天真的心理生活，

便無故而因此受損傷了。

(4.) 家庭經濟狀況對子女之影響，對兒童之心理生活，關係極大，如成人整日憂柴憂米，物質生活無保障，精神亦不安定，兒童長來能不會遊於物外，故窮家子弟必循跡計較。

(5.) 家訓與宗教，有時因為道德標準太高，孩子因為不容易做到而灰心，反使他一切不顧，而任意妄為，所以孔孟的子孫不一定個個是聖人，牧師的子女不一定個個是良善的信徒，也就是這個原因。

乙、學校影響——訓練

學校為訓練兒童之場所，可惜過去祇重智識之灌注，對人格修養，異常忽略，又不能俾智商之高下與個性之差異而予以個別之訓練，造成用非所學，學非所用，不能適合實際生活之需要，以致引起心理上之矛盾。

丙、社會影響

孟母三遷教子，是重視隣里環境影響的表現，不必贅述。其他如風俗、禮教、政治、經濟、潮落，對人類精神之影響極大，例如我國向以農立國，一旦要改為工業化，人力物力適應實際需要之困難，自必增加精神之負荷；又如我國向以三民主義立國，為切抗蔣政策，奮興三民主義之最高理想配合，苦邊改用共產主義或其他主義，社會秩序必大

亂，有智慧愛國之人民，必將因此前感到精神痛苦。

丁、生理改變對人格之影響：

1. 青春期——小男安祿此時心理必因生理之發展而突變，人格亦易更改。

2. 絕經期——約在四十五歲左右，此時之婦女因爲生理改變，心理頗難正常。

3. 婚姻——婚姻不美滿，或終身獨身，感常無法調協，而引起心理變異。

4. 節育——節育必因爲某種問題不能解決，始行之，精神負擔過重，亦會引起心理變度。

5. 殘疾——如頭部受傷，則心理必受影響。

6. 中毒——如煙酒毒患者，其判斷與推理能力必較差。

7. 其他傳染病——最顯著者爲腦炎，因腦細胞受傷而發生變化；其次則爲梅毒，精神變態

百分之十爲梅毒患者，每次大戰，梅毒必蔓延，精神病人之增加如潮水之高漲，成爲社會福利之嚴重障礙。

綜以上所述，在精神病理與精神心理的立場上，人格包括以下各種因素：

先天之品賦，

2. 後天之教育與訓練，

3. 社會環境之影響，

4. 生理之影響。

五、精神病與心理衛生

在精神病學理之遺傳問題上，母系之心理變態對後代之影響較大，無論先天體質與後天教育，均能左右兒童人格之發展，故母親應負起學校教育及性教育之責，同時要注意以下各點：

1. 使兒童動靜有時，生活有序；
 2. 使兒童服從真理而不盲從命令，保持自尊心；
 3. 合羣而胸襟廣闊；
 4. 養成獨立自強的個性；
 5. 行爲不太固執，愛慕新知與好嘗試；
 6. 果敢、勇毅、熱誠、信實、友愛與和樂。
- 精神病理與心理衛生學理，在近代精神病治療上呈現了一個劃時代的大貢獻。輕精神病現代多視之爲心理問題，而非病理問題統稱之爲神經衰弱。

六、神經衰弱與心理治療

此病在一八八〇年，美國神經病專科醫師庇爾得氏 (Bridgman) 所發表的論文記載得很詳盡，並且正式名之爲「神經衰弱」，他認爲這並非單獨的一個病，而是由許多神經機能失調的一種綜合的表現，所以又稱爲「官能的神經病」。普通在學理上可分爲先天性與後天性二種。

產生這病的原因：

(一) 遺傳關係與體質關係：凡有精神病體質者，如羊癲瘋，歇斯的里等患者之子女，及酒客之後代，與具有特殊天才或低能者，往往易發生此病象。

(二) 在春情發動或絕經期，多易產生。

(三) 戰時生活不安定及人事變遷所引起。

症候或症狀方面：

1. 患者極易興奮。
2. 極易疲勞。
3. 知覺過敏，致引起失眠及遺精等。
4. 頭暈，頭痛，頭脹，頭重，患者多自稱之為不治之「頭風症」。
5. 患者自以為血虛高或腦充血。
6. 不易入睡，睡後多夢，醒來反而疲勞萬分。
7. 消化不良：患者常感胃部疼痛，食慾缺乏，腹胸傳脹，便秘或腹瀉，惡心及嘔吐，放屁，吞酸等。因為神經性的發現此種種胃病症狀，故患者多疑自己「害胃病」。
8. 五官的障礙：如眼花，耳鳴，嗅覺遲鈍或特別過敏，易患鼻黏膜炎或傷風。
9. 因感覺異常，患者對於疼痛而熱的感覺特別過敏，往往一般人所能忍受者，此等患者

多不能受之，患者常自覺身體任何一部份在劇烈的疼痛，如背痛，肋間痛等。

- 10 因感覺異常，患者常感身體各部發癢，尤以足部為甚，因此常自認有皮膚病或患梅毒。
- 11 患者常覺疲勞及衰弱，尤以當立正，行走書寫談話或注視時，屢覺各部肌肉衰弱無力，稍事操作，即覺疲乏，故患者多因之礙於工作及從事一切活動。

12 膝跳反射加強。

- 13 因心臟血管神經不調整，患者自覺心跳加速，尤以飲食不合，身體疲勞，或性交以後，常呈顏面潮紅，灼熱，或時而蒼白，四肢覺冷，心中畏怖，脈博頻數，尤以運動或游泳之後更為顯著。

14 分泌異常，發汗過多，皮膚乾燥，流淚及多尿等。

- 15 患者之毛髮間或有脫落，變灰，乃因神經衰弱引起之神經營養不良所致。

16 泌尿生殖器障礙；即情緒異常，性交過度，遺精，精漏，早洩，陽萎，生甲器痛疼，尿意頻數或多尿等。

17 感情及情緒異常；常呈下列各種現象：

- ▲ 因病態的刺戟，引起各種恐怖觀念，如疾病的恐怖，怕肺病心病等，怕黑房黑夜等物等。

▲ 強迫觀念；追究，懷疑或注意力不集中。

c. 情調變化甚劇，喜怒無常，且所感常不能與事實相應。

18 運動障礙：肌肉不穩，手指震顫，眼臉震顫，呵欠頻發等。

總之，此類病多以精神易於興奮，衰弱，恐怖觀念，失眠，頭暈，頭痛，反射亢進，肌肉震顫，腸胃障礙，心臟，血管症狀等爲要徵。

關於鑑別診斷方面，與此類病相似的病症有下列數種：

1. 初期肺結核，

2. 輕症巴邑多 (Bazedow) 氏病，

3. 糖尿病，

4. 潛伏性梅毒，

5. 貧血，

6. 慢性煙酒中毒，

此類病有急性與慢性，因體質而定，間有少數患者，竟因不能自拔於煩悶而自殺。

治療方法。

1. 首推心理療法，即慰藉與暗示，其目的在除去各種錯誤觀念。

2. 注意起居營養。患者的飲食須有規則，富於營養及豐富之維他命，切忌煙酒及其他嗜好品，居家光線空氣均應充足，避免劇烈運動，宜易地療養或作短期旅行。

3. 探求病因，作根本治療。
4. 物理治療法：如電氣治療，水浴等。
5. 化學治療法：鐵質或維他命等。
6. 對症治療：如胃受障礙則用助消化藥，如失眠則用安眠劑（遵醫囑服之），避兔君種刺激性之書畫戲曲，晚餐勿過飽，入夜少飲水，勿仰臥，床不宜過軟，被蓋不宜過暖。
7. 適合工作以作精神寄托。
8. 休息與娛樂。

第十八章 心理分析原理

——心理分析，已成爲精神變態治療之一種技術與科學，其研究題材係潛意識的內容與活動，及其與意識間的關係之考察。分析的方法，重在找出情節之所在，以昇化作用使變態成爲常態，以收治療之效，進而使情緒平衡，心理生理得以協調。——

一、佛洛特氏之心理分析原理及其實施方法

精神病理，以心理分析爲柱石，首創此說者爲奧國之精神病學家佛洛特氏，他認爲潛意識之生活乃人類心靈生活之虛由真面。

心靈生活，受一種內在力之驅使，但是一個人的理智較之情感爲弱，所以潛意識的慾望便於不知不覺間表現出來。

佛洛特氏理論最使人反對之點，爲替夢，他說夢是性不能滿足的表露，故夢中一切長形者卽代表男生殖器，圓形者代表女生殖器及性交；其次不如人意的，是他把道傳與環境的因素忽略，而採用催眠術補助方法。

佛氏心理分析原理有三：

(一) 人類的精神變態，由於過度壓抑，尋其真正動因的方法，在分析家「自由聯想」。

(二) 分析後給病人以合理之暗示。

(三) 家庭關係之改善與性教育之提倡，作為心理變態之預防。

心理分析之實施：

心理分析，已成為精神變態治療之一種技術性科學，其研究題材係潛意識的內容與活動，及其與意識間的關係之考察。分析的方法，重在找出情節之所在，以昇化作用使變態成為常態，以收治療之效，進而使情緒平衡，心理生理得以協調。

精神變態係潛意識中原始之衝動，不能壓抑時之表現，此可分以下四種方式而出之。

1. 夢，
2. 迷糊，
3. 幻想，
4. 癲狂，

在嬰兒心理生活中，祇有唯樂原則。他祇求慾念立刻滿足，而以自我為中心，及至成長後，活在文明人的世界上，因為倫理社會關係，他便把這心理生活之原始形式加以化裝，把各種性在意識上加以壓抑，至引起情緒不平衡之心理缺陷。社會上之道德及教育和父母的命令，成為原始慾望的「稽查」，所以不能把愛己的自私心充分表露。在夢中可以發見，這些未滿足

的慾望之表現與觀察作用之反應。其實這種偽裝對人種的貢獻，遠不如真實之自我表現，因為宇宙間偉大藝術的創造，都是自由承受，自由了解自由領略自由表現的結果。

心理分析治療最重要，為患者與分析家之協合，使潛意識解脫纏絆獲得自由，以發見病人隱藏着的情緒，而使感情由不合理之反應，轉移至合理之出路。

二、心理分析家應有的修養：

1. 冷靜；
2. 正直；
3. 了解；
4. 判斷之智力；
5. 可信；
6. 穩性；
7. 忍耐和長時間之利用；
8. 不要使病人完全依賴他，而對於不知不覺間指導他走入自我發現之路線；
9. 要使患者脫離幻想，而適應於現實的世界，分析家自己本人自不應生活在幻想裏，而要以事實決定思想，不以思想假定事實；

10 不應單是一個理論家，同時也應是一個樂於實驗的力行家。

三、心理分析之價值

- (一) 不過分重視理性，而以情感為精神活動基礎之新認識。
- (二) 排除自我表現自由發展之障礙。
- (三) 思想習俗，家庭生活教育訓練之改善，避免不合理之壓制與不能釋脫的情緒之發生。
- (四) 了解原始之衝動，而施以調節及昇化。
- (五) 過去教育制度之改良及性教育之提倡：
 1. 兒童應以個別教育，不必在固定的形式中予以不合理的劃一的固定教育。
 2. 不必訓練過急祈待過切，當以其興趣能力態度為決。
 3. 協助自我認識，而不予以直接教訓。
 4. 教育應使兒童由努力，而得着師長的愛之酬報，不用責罰以強兒童為善。
 5. 性問題應真誠坦白，以人格培育為性教育之目的。
 6. 昇化之適應當有出路，避免精神的崩解。
 7. 使學校家庭社會的生活之鴻溝，有了橋樑，不致成為互不相通的領域。
 8. 以合理化之教育及性教育為心理衛生之原動力。

四、其他各派之理論

佛氏之弟子鐘氏 (C. G. Jung) 承其說，復將人格分為內向與外向二種，認為不能順其情發展，便會因為心理生活不滿足而變態，他發明一種聯想字之測驗，以其結果而推判精神程度之輕重。

亞氏 (Adler) 所持之個人心理分析法，與前者略異其趣，他認為每人皆有超凡出眾的慾念，不幸式為體力與環境所限，不能滿足及達到目的時，乃相反的產生不能自己的畏縮，以掩飾其缺點，才力低劣而自大的人，最難享受安適的心理生活。

佛氏鐘氏亞氏三說，均認為精神變態，由於情緒生活之不能適應。

此外尚有華生之行為主義，他的學說係依據俄國大生理學家蒲氏 (Pavlov) 之刺戟反應學說而來，他忽略心靈意識及遺傳等問題，而專以現實情境為依據，以對情境之反應能力決定人之心理生活。但行為又必由外界環境之刺戟引起內心反應，及注意力與動作等，於是乃以感覺器官之是不靈敏或過敏與不敏，所做成的行為之錯或對，快或慢，作心理健全與否之診斷根據。

以上之學說，各有千秋，視分析家之如何應用耳，其實真的精神治療，不在藥物學營養學倫理學遺傳學，而首重心理學上之人格改造，它是心理分析永久不變之原理。

五、心理變態之預防

茲復將心理變態預防與日常生活有關者，簡述於后：

- (一) 飲食——吃有定時，甚麼都吃，吃不過飽；
- (二) 排泄——大小便有一定之時間；
- (三) 穿衣——不能過暖；
- (四) 睡眠——有定時，時間充足；
- (五) 性生活之適應；
- (六) 對人對己，均應有合宜之態度；
- (七) 犧牲小我；
- (八) 不怪別人，躬自厚而薄責於人；
- (九) 不過信他人和自己，但也不必事事懷疑，認識現實，而不逃避現實；
- (十) 工作時認真工作，遊戲時認真遊戲，做牛像牛，做馬像馬，做人就得像一個頂天立地有人格的人。

第十九章 心理分析治療法

——工作者首先須要獲得病人之信仰，使病人樂於與其討論個人問題。——

一、精神病院內之心理分析工作

心証分析療法，爲用至廣，此法已應用於精神病院中。精神療養院內心理分析工作之範圍如下：

1. 使病人對院內環境適應；
2. 精神治療，藥物與心理並重；
3. 了解患者過去之家境與處境，使之出院後適應；
4. 使患者因難之所在，而設法助其解決；
5. 將患者之生平事跡詳記；
6. 使患者家屬改善其對患者之錯誤觀念；
7. 使患者康復後有適當之安排；
8. 與其他救濟機關協商，使患者得享社會各項福利與合宜之處理；

a 反省院或其他思想訓練，

a 工藝或職業訓練，

b 工作介紹。

二、心理分析治療工作人員應有之修養：

1. 健全人格。

2. 對精神分析工作之理論與實施應全部領悟與了解。

3. 自己本人常勵行心理衛生與生理衛生者。

4. 對個案工作應有充份之智識，合理之態度與實施之技能。

5. 家庭調查與院內分析同樣重要，故須有院內救濟與院外救濟的經驗。

6. 業餘輔導讀物：

1. 政治，

2. 社會，

3. 公共衛生，

4. 心理學，

5. 心理分析學，

6. 犯法問題，
7. 心理衛生，
8. 個案研究。

三、實施心理分析治療時應注意之點：

1. 詳細調查病人之心境與環境，以找出其困難之原因；
2. 患者之情緒生活；
3. 患者之心靈生活；
4. 探察病者之心理背景。

(一) 進行步驟：

1. 工作者首先需要獲得病人之信仰，使病人樂於與其討論個人問題。
2. 家庭狀況調查，需同時進行。
3. 患者生平史跡及其他應紀錄各項：

Ⅱ 人格心向：

a 品性，

工姓名 性別 籍貫 地址 入院及出院日期 年齡 教育 職業 所用方言。

b 有何特別與人不同之點。

le 多言抑沉默，

d 動作及習慣。

(二) 患者對社會態度：

同情，自私，妒忌，敏感，多疑，逃避現實，愛作白日夢，野蠻抑容易受教，能自娛否？

(三) 患者之社會背景：

(1) 患者與家人之關係，及家人對其得病後之態度；

(2) 出生時，生長地，出牙，學語，學行期及之般身心發展情形，

(3) 過去重病；

(4) 飲食起居有序否，有無吃手咬指惡習，喜煙酒等嗜好品否？

(四) 患者之教育情況：

何時入學？何時停學？班次，最難及最有趣之科目，對學校之態度，是否為學校所開除，

喜升學否？

(五) 患者休閒娛樂

喜自樂其樂，抑與人共樂，嗜好及興趣為何？

患者之經濟，物質，宗教，職業如何？自覺工作有趣味否？

會編法否？性生活適應如何？父母親子間關係如何？親屬中有無急性或慢性或慢性之生理及心理病態，嗜好烟酒否？

4. 爲病人出院回家後之慎重設計及佈置，準備患者身心適合之環境，使家人對其病情有充份之了解，如不能回家，應代選一清潔安適之環境或適宜之工作，

5. 佈置就緒後仍須常作有計劃之訪視，繼續指導。

6. 注意使病人精神變態之因素，因生理上之殘缺，種族之異殊，環境欠佳，失戀或失業等，設法使之適應，以防其再罹舊病，注意他身心健康，使他事業有成，以美術音樂舞蹈增加其生活興趣，爲病人計劃未來之工作與前途。

四、心理衛生治療機構與其他社會團體之合作；

1. 男女青年會及民衆教誨台辦各種演講會音樂會戲劇會等，
2. 設辦各種夜學或補習學校，
3. 設辦各種職業訓練班及職業等介紹處，
4. 心理衛生工作宣傳。

五、個案紀錄之處理

1. 紀錄紙張格式須有一定，依漢字型位排列先後歸檔，
2. 備案按月分類統計，
3. 與病歷紀錄合訂一本備查，
4. 每週由患者之主治醫師商洽關於患者病情及其他有關事項之設計。
5. 從病人文化背景上切實研究以籌策其永久計劃，並紀錄其成果。

六、作者對於行爲問題之綜合研究及所採取之方法

筆者收集之兒童心理變態之個案數十例中歸納其行爲問題之產生，不外以下的幾個原因

1. 道德意識缺乏——非明知故犯，
2. 思想行爲矛盾——無所適從，
3. 先天犯罪傾向——遺傳影響，
4. 學校對兒童個性不了解，
5. 家庭不和或經濟環境所影響，
6. 伴侶不良，
7. 不正當思想與不正當娛樂，
8. 低能，

9. 慢性或急性病影響。

所用的方法，側重個別誘導，使其自我反省或名人之模仿，嘉言懿行之勸勉家庭關係之改善等。心理衛生宣傳，則採用下列五種方法：

1. 比對法，

例如：

自私自利的漢奸被判決與民族英雄之慷慨赴義之榮辱比對，

2. 自動行善興趣之引起：

請小朋友猜對待人，萬無一失的政策是甚麼？

在他們猜得高興時，便替他們解釋誠實的好處，以引起其自動為善之興趣。

3. 編成各種遊戲及歌譜，以闡明心理衛生之重要。

4. 用強烈醒目的色彩圖表，宣傳心理衛生之意義。

5. 每週履行一種心理衛生之中心工作。

6. 人格改進之獎勵。

第二十章 學校教師家庭訪視法

——在心理分析治療工作沒有開始之前，先要很客觀的往兒童的家庭或學校考察其不適應之真相……以明白兒童真正的需要。——

一、家庭訪視者應有之修養及其工作範圍

教師之家庭訪視，一九〇六年始有之，至一九三〇年美國調查所得，已有二八五位受專業訓練之教師從事此項工作。所謂專業訓練，即兒童研究與個案技術訓練等主要技術，其主要條件分論之如下：

一、個人品質：

- a. 身體強健，
- b. 對教育及人生社會問題有興趣，
- c. 有前進之眼光，接受新思想，
- d. 能分析環境之因素，而找出困難之基本原因，
- e. 善於與成人及小孩接觸，使他們能從失望中自強，

f. 能用客觀態度了解他人之處境，用容忍的心境來實施各項方法。

g. 與患者合作，計劃一種有興趣有意義的工作進行步驟。

Ⅴ、教育訓練：

a. 技術準備——最好為大學畢業或受師範訓練者，

b. 經驗——兩年以上之教學經驗及一年以上之社會工作經驗，

Ⅵ、社會工作訓練：

a. 個案技術研究

個案技術原理與方法及各項有關問題，

b. 兒童福利

舉凡低能、殘缺，常態與學齡兒童之養育訓練及處理，各種兒童福利機構之設辦與問題之

研討，

c. 社團組織

社會行政，休閒娛樂，集團工作與鄉村工作等問題之研究，

d. 心理衛生

心理分析，心理衛生問題與人類行為問題之研究，

e. 測驗及統計之研究，

f. 營養學之研究，

g. 兒童適應方法研究，

h. 往各有關機關從事調查工作，

i. 其他尚有社會學、教育史、社會哲學及教育哲學等之研究。

IV、工作範圍——兒童需要教師訪視之原因：

- A 在學校不能適應：
- a. 低能，
 - b. 破壞校風，
 - c. 功課失敗，
 - d. 早熟或過於智慧者，
- B 家庭環境需改進：
- a. 進益增加方法，
 - b. 教子無方須改良，
 - c. 不道德之家——煙賭等不良習慣，
 - d. 忤逆行爲——打父母，
 - e. 殘暴行爲——打奴僕，

C 不規則：

a. 在校不守規，

b. 離校犯法，

c. 道德不良，

D 缺課：

a. 不到校之原因不明，

b. 因家庭關係不能到校

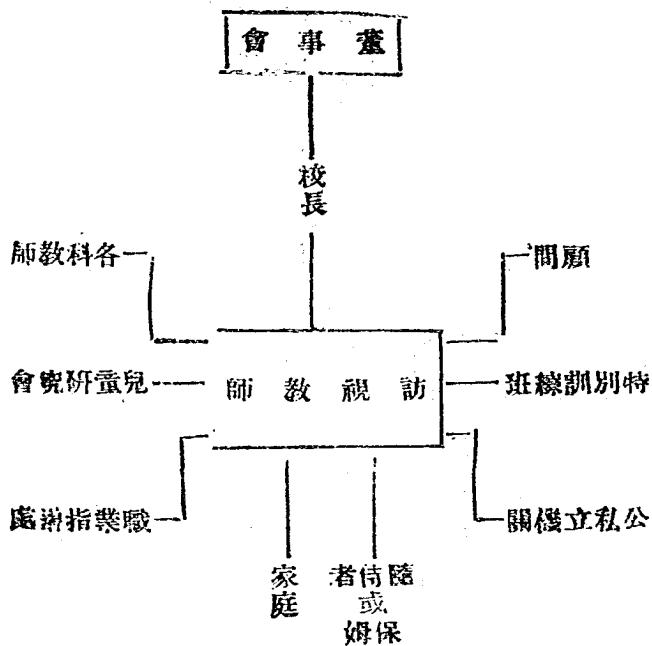
c. 半日不到，

d. 遲到早退。

任心理分析治療工作沒有開始之前，先要很客觀的往兒童的家庭或學校查考其不適應之真相，然後把他在家庭的生活習慣，遺傳家庭歷史，經驗，身心發展，家庭經濟狀況，衛生環境；兒童智趣和不適應之原因等等，以明白兒童真正的需要。

有時解決患者的困難，必需一個長期的時間，因為要改變一個家庭對孩子態度，或要學校將課程適應其能力，嗜好與興趣，或為他開設特別班。非經詳盡的解釋鼓勵與指導，不會引起當局發生意和興趣，其他如訓育方法，適合之營養與休息，道德與倫理價值之認識等，也可以助長患者適應的能力，但是這種工作，如果家庭學校不合作，單靠訪視教師一人之能力

是有限度的。茲將訪視教員與學校內外之關係列為如下：



此外更需要與各有關之救濟機關共同合作，利用原有之機構。最重要的是推進兒童心理衛生運動，與父母教育，使不適應的兒童得以過着更快樂更幸福的生活，同時也可以因此而變成更有用的人。

二、訪視教師應注意之點：

(一) 由歷史上觀察之事實：

1. 把兒童的缺點作有系統的列出。

2. 現在的困難，

患者的變態突如其來，或為個性環境引起，抑有其他新的因素，

3. 懷胎期嬰兒期及學前之發展，

a. 母親懷孕時之健康情形，早產抑遲產？難產抑順產？產前產後嬰兒有沒有受傷？

b. 飲食及營養在第一二年內有無困難？

c. 何時開始出第一只牙齒？何時學坐、學立、學行、學說話？

d. 何時開始不尿床，自己吃飯穿衣及遊戲？喜歡自己玩，還是愛與別的小孩玩？喜歡和較大的玩，還是喜歡和較小的玩？

e. 日常生活習慣如何？

睡眠是否有定時？獨睡抑需母親陪伴？需點燈睡否？食是否有定時定量？飲食有無困難？情緒與品性如何？性習慣如何？對懲罰之反應如何？遊戲與工作時間分配得宜否？易倦否？喜愛玩具否？晚上怕黑或常作惡夢否？

4. 過去病史及影響：

嬰兒期之急驚慢驚或其他高度發熱意外外科或天然外科，曾患吐瀉等急性病否？病後有何變異？

5. 學校史實：

入保育院、幼稚園、初小之年齡，入公立學校抑私立教授？曾留級否？現在何級？工作有無困難？依時上學否？用功否？注意力集中否？有何特別興趣？在班中或遊戲場上之態度如何？

6. 人格之造就：

能與他人為伍否？待人粗暴抑週到？是一個好領袖還是一個服從者？內向還是外向？善與人交否？快樂高興還是嘈吵？過於活潑抑鬱鬱寡歡，過事畏縮還是容易興奮，容易失望？熱情，充滿希望，消極抑或容易心灰意冷？敏感易哭，還是麻木不仁？對團體之福利與意見容易接受否？

7. 道德訓練：



有無怪行爲？好說謊偷東西或逃跑去？遇事故作無謂之驚異與境疑否？或到人生老病快樂還是憂苦否？無故發皮氣否？

8. 環境事實：

對社會經濟家庭隣里各方面，詳為研究，家庭之衛生環境曾影響及兒童之健康否？家庭經濟社會地位及道德觀念如何？父母子女間之關係如何？文化背景如何？隣里之影響又如何？

9. 家庭事實：

a. 父與母：

父母之心理品格，才智如何？精神健全否？對人對事之態度如何？對孩子有無慈愛及同情與了解？有無煙酒嗜好？父喜尋花問柳否？母喜樂遊廣交跳牌賭博否？心理生活失常否？曾犯罪否？曾患重病否？曾患癲癩或其他重病否？

b. 兄弟及姊妹：

兄弟姊妹之姓名及年齡與患者平日之感情如何？彼等在何校何級？功課及格否？品德如何？有無其他精神或肉體之重病？人格心向發展如何？患者在姊妹兄弟羣中行進？是否長子或幼兒，是否姊妹之中獨子或兄弟之中獨女？

c. 祖父母與外祖父母，工作者多不另分一項，而歸入「父系」或「母系」研究之。

d. 其他親屬——其他直系或非直系親屬有無精神變態身體，殘缺或犯法者？

(二) 把兒童由家庭醫師，或其他醫生及心理分析家之檢查結果詳述，並註明主試之姓名住址及日期。

1. 體格檢查：

一般健康情形，營養，形態，發展，表情，姿勢，動作或其他身體上之殘缺與疾病，神經系，消化系，循環系，內分泌，視聽鼻喉牙及發音有無障礙， \times 及大小便與血液檢查之結果。

2. 精神病理分析：

一般態度，表情，行爲，思想，感覺及反應，情緒與衝動之現象，患者之主要問題是甚麼？對自己或對他人之態度如何？慾念及障礙如何；有何計劃受阻？對事理之見解與判決如何？對時間地名人名能記憶否？注意集中否？特殊觀念與幻想爲否？有甚麼懷疑懼怕？人格，情緒，職業在生命史中有何影響？

3. 心理檢查：

智能測驗之結果如何？根據皮納氏(Binet)之測驗，其生理年齡與心理年齡比例如何？智商多少？行爲與教育之測驗如何？用何種測驗？所得之結果如何？測驗時受試者受何種暗示？與主試者之合作程度如何？關於推理，判決，記憶，了解，注意及工作之快慢如

何？在測驗中所表現之特長與特別短處為何？讀書寫作發音有何困難？你對於這些困難有何建議？

(三) 總結法

1. 總結。

a. 把生命中各項重要事實作簡略之記述；

b. 生理與心理之特殊點為何？把他重要之各種相互關係指出。

2. 一般印象：

把生理心理及精神分析各方面的診斷綜合研究，例如在智能測驗上，患者是天才超常，常態低能抑頑劣？有無各種輕重精神病？人格上及生理上有何殘缺？

3. 把精神變態之原因，依次簡要敘述。

4. 個案研究之步驟——如何入手？如何進行？如何找出各種因素，而使之得着相當結果？

5. 病態之預測如何？

6. 各項檢查結果與社會事實所決定之工作計劃如何？

7. 各項建議：

a. 生活方面，

b. 教育方面。

c. 社會方面，

d. 家庭方面，

a. 其他。

8. 日記法：

a. 有沒有打魚按時予患者以協助指導？由家庭教師，護士，醫師抑社會工作員負此責？患者可從家庭與鄰里上得着良好之保護與指導否？

b. 個案之進展，轉變及新發現，應詳為記錄，所用之治療方法及其所得之結果如何？

訪視教師應有之訓練與態度：

1. 接受各社會學家，心理分析家，精神病學家之忠告。

2. 對心理衛生工作應能作口頭或文字上之宣傳。

3. 訓練其他訪視教師人材之方法研究。

4. 訪視教師應修之課目，最重要者，乃行為問題之個案研究方法，家庭學校社會環境對兒童之影響，及兒童各項困難問題之解決等。

第二十一章 心理衛生運動過去現在與將來

——心理衛生運動之目的，除自強強國外，更負上了維持世界和平的責任。——

一、心理衛生運動之過去

一九〇七年美國 O. M. Beard 先生因為他自己患了狂燥的精神錯亂症，於是引起他對精神變態之興趣來，同時呼籲社會，把心理衛生作為預防醫學的一部份，以預防精神變態之選增。

四十年來，心理衛生成為一種科學的研究，對於遺傳與環境及個人與社會之各種因素所，造成精神變態，詳加分析，認為如不快樂，不適應，不滿足等，都是為了不善於支配個人生活與團體生活所致。

一九〇八年五月美國會召集心理衛生會議。自一九〇九年二月至一九一七數年間，這種運動更大規模的普遍，一九三一年起則由 O. M. Flicks 主持其事，當時國聯對心理衛生工作，亦極重視。他們認為心理變態由於現代經濟，社會政治及工業各種潮流發展過速的影響，主張治療與預防並重。

二、心理衛生運動工作之貢獻：

(一) 對精神患病者處理之改善：

A 把患者從監獄或貧民窟中救出，施以合理之療治。

B 國家應有明文規定，如係精神變態者可減刑。

C 精神療養院之改良，及病床之增設。

D 國庫對精神病防療預算之增加。

E 精神病患者愈後之處理。

F 生理與心理之密切關係之認識，同時把精神病視為公共衛生應有之防療工作。

G 心理分析與精神病問題研究之發展。

(二) 對心理不健全者之處理：

A 為低能者設備各種特殊之訓練班或學校，使其能適應社會生活。

B 對精神不健全者之處理，訓練及各精神病人環境改善之研討。

C 提倡心理衛生之後，精神變態者，得逃脫非人之待遇，而為社會重視。

D 低能及殘廢者之家庭及學校調查工作之推展。

E 精神變態與社會問題，監獄問題，工業問題，兒童保育問題，及教育問題等等之改進

與研究。

(三) 對犯罪者之影響：

- A 犯罪者心理失常之個別研究，對法律及判決上有一種新的影響。
- B 心理分析，對刑事，民事，訴訟之協助甚多，故每一法庭內必需設一心理分析家。
- C 協助法醫及輔導其不足。

(四) 對兒童之影響：

- A 心理衛生調查工作之推動及心理診療所之設立。
- B 對兒童行為問題，作科學化之指導與處理。
- C 一九二三年至今各國均開始設辦兒童心理防禦所。
- D 兒童行為指導所之專業人員訓練。
- E 調查及充實原有機構。
- F 兒童指導工作，不應單集中於通都大邑，而應遍及於鄉鎮與農村。

(五) 專業訓練：

- 1. 精神分析家，
- 2. 心理衛生教育家，
- 3. 公共衛生護士，

4. 父母訓導班，
5. 教師訓練，
6. 社會工作人員，
7. 法律學家……等等。

三、心理衛生實施方案

- a. 以大學為研究精神分析之主要機構。
- b. 無論已畢業或實習期中的醫師，必須以精神分析為必修科。
- c. 設備心理分析研究院。
- d. 與各有機關合作，推進心理衛生運動。
- e. 心理衛生家及精神分析家，與曾受是項訓練之社會工作者，對心理衛生之技術與行政應能使之互相配合。
- f. 各校設辦各種心理分析課程。
- g. 一切公共衛生護士，需受心理衛生之訓練。
- h. 設心理衛生諮詢處，為父母及教師解答各種疑難。
- i. 以教育為推進心理衛生之原動力，對精神變態，積極防療，而使之普及世界。此項工

作無論在戰前，戰時，戰後，均應積極注意，照某心理分析家之估計，一九一八年大戰後，精神病患者，較戰時多一倍，因為一般人熱烈的情緒，在戰時可以有適當的出路，戰後痛定思痛，因破產或死亡，致精神無所適從，遂成爲不可救藥之狂態。

四、心理衛生運動之新使命

邇來心理疾病與生理上之殘疾，同樣被認爲需用科學化之防治，所以不再把身體與精神分論，而將二者合而爲一的去研究。教育方面，亦漸漸重於生活藝術，而不是專門灌注死板常識，對兒童個別人格與行爲，異常注意。教師之責，不重在教書，而重在教兒童做人，協助他們成爲國家之有用份子。他們對人類天性，應有充分的了解，以保持兒童之常態。

理衛生教育之新使命，是教兒童情緒上之適應，因爲世界上的戰爭，經濟蕭條，及種種傳染病，與社會上不道德事的起落，並作因爲人類缺乏智識，而是因爲衝動慾念，與希望之不能滿足，大家都不能犧牲「小我」以完成「大我」，愛人如己，更因爲過愛自己，致不能認識自己，自己的現實環境，也不知道侵犯他人之自由，不能算真正之自由，以致人與人不和，與與國相爭，歷史上的戰禍，便永無休止之日了。

要永冀世界和平之基礎，心理衛生應負真使一切人類，得以身心平衡發展，而使每人都能以人類之福利與快樂爲人生目的，使人與人永遠互相牽連，情緒與智能均得合理之適應，使世

世界上無論男女老幼，都可享受生理心理之健康保障，宇宙間便能充溢欣慰與和諧了。所以，心理衛生運動之目的，除自強強國外，更負上了維持世界和平的責任，使大家能真正感到宇宙之內皆兄弟，天下如一家時，世界大同之理想，便可以實現了。

參考書目錄

1. Frank E. Howard and Frederick L. Patry *Mental Health—its Principles and Practice.*
2. Wallis, F., L. *Mental Adjustment.*
3. Jennings, H.S., Watson, J.B. Meyer, Adolf and Thomas, W.L., *Suggestions of Modern Science Concerning Education.*
4. Burhan, W.H. The. *Wholesome Personality.*
5. Watson, John. *Psychology from the stand Point of a Behaviorist.*
6. Holt, E.B., *The Freudian Wish.*
7. Hester B. Crutcher — *A Guide for Developing Psychiatric Social Work in State Hospital.*
8. Adler Alfred. — *The understanding of Human Nature.*

9. S. Freud.— A General Introduction to Psychology.
- 10 Overstreet, H.A.— About Ourselves.
- 11 Fried, R. S.— Training Children in Emotional Control and Expenditure of Energy.
- 12 Luria A. E. Emotion in Family Life.
- 13 Moll, The Social Life of the Child.
- 14 Douglas : Everyday Problems of the Everyday Child.
- 15 Strain : Frances. B. — New Patterns in Sex Teaching.
- 16 Burnham, W.H. — The Home in Relation to Other Factors in Education.
- 17 Groves; E.R. Parents and Children.
- 18 Curti, M.W., Child Psychology.
- 19 Johnson ; M.L. — Youth in a World of Man ; the Child the parent and the Teachers.
- 20 Meyer, G.O. The Modern parent.
- 21 Williams.. F.R. — The Importance of Social Relationships in the Development of the Personality and Character of the Adolescent.

- 22 Boers, C. W. — A Mind That Folds Itself.
- 23 Furley; P. H. Case Study in Development Age.
- 24 Bassett, Gara, The School and Mental Health.



11 24

(1)



中華民國三十四年八月初版

* 有 所 權 版 *
* 究 必 印 翻 *

心理衛生與人格培育 一册

（滄手）

滄版手工紙

定價國幣貳元肆角

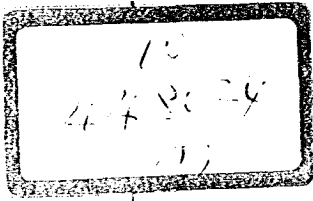
印地除外另加運費

編 輯 者 黃 德 馨

發 行 人 王 雲 五

印 刷 所 商 務 印 書 館

發 行 所 商 務 印 書 館



10

448024

(1)