

以尊重和關心為良藥 —— 妮斯·西爾維拉 (問題)

當你在做著一件正確的事情，卻惹來其他人的反對和攻擊時，你會如何面對呢？

精神科醫生妮斯·西爾維拉會告訴你：「你有一萬種方式過你的人生，為你的時間而戰，忠於自己的生命吧！」妮斯身為巴西當時唯一一位女精神科醫生，她用其嬌小的身軀和強大的意志，為精神病患開闢了一條人道治療的道路。

妮斯·西爾維拉(1905-1999)出生在巴西。當時的巴西正由獨裁政權過渡至憲法民主國家，奴隸制被廢除，女性地位逐漸提高。自小便立志成為醫生的妮斯，在 16 歲時考入醫學院。當時班上有 158 個學生，就只有妮斯一個女同學，大家都質疑，這個瘦弱的女生怎能應付難苦的醫科學習呢？妮斯不因別人的質疑而看輕自己，內心強大的她，努力奮讀，不但順利畢業，還名列前茅。

妮斯揀選了精神科成為她的專業。過往，精神病患不受控制的行為，會被視為邪靈附體。但是隨著醫學進步，人們了解到精神病是腦神經系統失調所致。精神病科成了當時熾熱的醫學研究項目，妮斯對如何有效解決腦神經系統的紊亂也相當感興趣，所以便當上一名精神科醫生。

畢業後，妮斯前往「佩得洛二世精神病院」就職。那時的精神病院環境十分惡劣，病人被關在鐵牆內，統一穿上灰白色病人服，在簡陋的環境過著如被畜養的生活。有暴力傾向的病人，更會被關進空無一物的獨立房間，連天空也見不到一眼。「佩得洛二世精神病院」裡有 1500 名精神病患。能行動的，白天就放他們在空地走動；行動不良的，就躺在床上沒人管，有排泄物也不加以清理。

妮斯見到病人生活在這麼可怕的环境中，內心很難過。但更讓妮斯不能接受的，是當時的治療法。

有一次，妮斯被叫去觀摩「大腦額葉切除法」和「電擊休克療法」，這類療法是以電擊代替麻醉藥，再為病人把大腦中有情緒反應的腦神經切除，從而降低人的感知，讓人瞬間「回復平靜」。當天的主講醫生準備即場示範腦部電擊，只見被選中的病人，在非自願下，被三四名護理員粗暴地拉扯入手術室。過程中，病人不斷發出淒厲的慘叫，可是其他醫生卻在冷靜地觀看，只有妮斯既震驚又痛苦。有的醫生見到這個新來的女醫生如此坐立不安，開始嘲諷她膽小，不夠專業。妮斯感到很難受，她猛地站起來，喊停手術。

主講醫生望一望妮斯，然後不屑地說：「如果你害怕，現在可以離開。」其他醫生開始竊笑。

妮斯質疑說：「今天的手術，得到了這名病人的同意嗎？」此話一出，引起了全場大笑。

主講醫生沒有耐性去應酬妮斯，雙眼盯著她說：「今天的示範已經得到院長的批准，你去問院長吧！」隨即便繼續手術。

妮斯並非害怕面對手術場面，而是反對在病人的不情願下使用侵入治療，強行移除意識。妮斯觀察到，被切除大腦額葉的病人，表面上雖然平靜了，行為和反應卻變得遲鈍，智力也倒退。她決定向院長反應，要求停止使用這種療法。但這種療法在當時被公認為最方便有效的方法，誰會理會妮斯微小的聲音呢？結果，她的意見不單不被重視，還被調職去最少資源的「職能治療部」，被投閑置散。

「職能治療部」是讓病人學習技能，藉以穩定病情的地方。但當時的精神科醫生根本不相信這一套，它的設立一直都只是一個擺設。有些醫生取笑妮斯，說羨慕她能在這裡悠閒地工作，不像他們如此忙碌。

面對冷言冷語，妮斯沒有多加理會，她明白如果自己只關心其他人的想法，就什麼都不會做了。妮斯沒有如同僚預期這般清閑，她計劃改革「職能治療部」。

首先，她嚴格要求護理員對待病人時要遵守三項原則：傾聽、觀察和閉嘴。當時的護理員普遍對精神病患很不禮貌，不僅叫他們「瘋子」和「流口水的動物」，更時常打罵他們。妮斯要護理員以「先生」、「女士」尊稱病人，更嚴禁護理員對病人胡作非為。

接著，妮斯嘗試打開病人的心。妮斯想到玩踢球遊戲，讓病人可以藉着運動讓精神放鬆一下，同時讓病人再次體會人和人之間的交流合作，幫助他們重回生活的場景中，重拾活著的感覺，才有望打開心的牢籠。

妮斯的嶄新治療手法，證明病人對外界仍有感知。而護理員也慢慢看見這份工作其實很有意義，開始用心去照顧患者。一天，一個喜歡美術的護理員建議教病人畫畫。妮斯想到哲學家斯賓諾莎的理論，人對外界的反應，可用圖像來呈現。病人無法用語言表達情緒和感受時，那換種方法，讓他們畫畫，或許可以幫助他們釋放感受。

於是，「職能治療部」再次變身，成為繪畫工作室，讓病人前來畫畫。果然，病人都樂意來到工作室一嘗繪畫的滋味。一開始，有些病人只會漫無目的地在畫紙上亂塗亂畫，有些病人在過程中因未能達到自己的要求而發脾氣。妮斯都一一包容並加以耐心的引導。慢慢，從雜亂的點、線和色團中，開始出現幾何圖形和鮮明的色塊。妮斯知道，病人已從無意識的狀態，經過繪畫，一點點地重組心靈。「繪畫工作室」成為了病人最喜歡的心靈休息室，當中包括那個被電擊的病人。開始時，他一味畫空房間，然後再逐一為房間添加物品。妮斯察覺到他透過畫畫表達某些事情，於是便找到病人的媽媽。病人的媽媽一眼便認出兒子所畫的是自己以前工作的地方。她告訴妮斯，兒子愛上雇主的女兒，可惜那女孩另嫁他人，然後兒子便精神失常了。這個被醫生切割了大腦感知的少年，原來一直不被聆聽。如今他用畫筆努力說出他的故事，這次，他的故事被聆聽了，一顆受傷的心靈，終於得著安慰。

「繪畫工作室」的成功，給予妮斯很大的鼓舞。妮斯又想到新的方法去幫助病人緩和情緒--她讓病人照顧小狗。這些可愛的人類良伴，使最暴力的病人的情緒也得到緩和。病人不但把小狗照顧妥當，同時也找回生活的意義，把自己也重新清潔打扮了一番。

妮斯的病人的精神狀態有了明顯的改善，原本是精神醫學上的突破，不料竟然招致其他醫生的妒忌。他們強行以在院內飼養動物會令環境變差為由，把由病人照顧的小狗全部殺掉。這些自私而野蠻的行為，令剛有起色的病人之間崩潰。他們把悲傷和憤怒，用自殘及暴力來宣洩。其他醫生趁機攻擊妮斯，指控她的治療方案無效，導致病人失控，工作室因此被逼關閉。

經此一事，妮斯受到了重大的打擊。她每天在家中想到自己的努力，被人的自私一下子催毀了，便氣憤填膺；想到剛有進展的病人再次被無情打擊，更是心痛得落淚。她的丈夫為了開解妮斯，帶了她出席朋友的畫展。當妮斯置身在畫廊中，看著一幅又一幅的畫作，突然看到了曙光。她明白到，單靠自己的力量是有限的，她需要向外求援。她重新振作，回到繪畫工作室整理病人的畫作，然後把畫帶到當地的美術館，提出合辦畫展的建議。這類型的畫展前所未有，馬上得到媒體廣泛的報道。之後，巴黎美術館邀請妮斯到當地辦展覽，令世界都關注起精神科病患的權益問題。

那個曾獲諾貝爾獎嘉許的「大腦額葉切除法」，在 1950 年被定為嚴重違反人權，最終被廢棄。妮斯的堅持和努力，成功為精神病人爭取合理權益，造福了全球的病患。

1952 年，妮斯建立了主張藝術治療的「無意識意像博物館」，同時研究病人和動物之間的情感連接，繼續為精神病患尋覓治療的良方。1956 年，妮斯創立了「棕櫚院」項目，接收之前在「佩得洛二世精神病院」受到二次傷害的病人。

妮斯在 1999 年離逝。2014 年，聯合國將她蒐集的 35 萬件由病人創作的藝術作品，列為世界遺產，以紀念妮斯以尊重和關愛，為被社會唾棄的精神病患貢獻一生。

(2836 字)

參考資料：

1. 好奇心日報。《巴西有個「無意識意像博物館」，用來研究精神病人的潛意識》。2018 年 1 月 4 日。<https://kknews.cc/news/jm25ro6.html>
2. (郝廣才, 2020) · 夢想 · 遊目族文化事業有限公司《用畫筆重組瘋狂心靈 她創造藝術療法》<https://www.businesstoday.com.tw/article/category/154685/post/201909180032/>
3. 我們到底誰有病
<https://kknews.cc/entertainment/4v344vg.html>
4. A LOOK INTO THE LIFE OF A FAMED BRAZILIAN PSYCHIATRIST
<https://www.international.ucla.edu/lai/article/172533>
5. Resistance, innovation and clinical practice in Nise da Silveira's thoughts and actions
http://socialsciences.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832007000100022

以尊重和關心為良藥 —— 妮斯·西爾維拉 (問題)

1 妮斯為何決心改變當代治療精神病的方法？

- A 當代治療精神病的方法不人道
- B 當代治療精神病的方法對病人造成嚴重傷害
- C 以上皆正確

2 承上題，當妮斯提出改變治療方法後院長如何對待她？

- A 辭退妮斯
- B 將妮斯調往最少資源的「職能治療部」
- C 將妮斯調往其他精神病院

3 在妮斯改變治療方法後，精神病人有何改變？

- A 病人願意打開心扉
- B 病人的精神狀態有明顯的改善
- C 以上皆正確

4 妮斯用了以下哪些治療精神病人的方法取得成功？

- A 飼養犬隻，繪畫
- B 飼養貓隻，繪畫
- C 飼養犬隻，音樂

5 妮斯建立「無意識意像博物館」的目的是？

- A 令病人可以舒服養病
- B 對病人進行藝術治療
- C 研究人與植物之間的情感連接

延伸思考：

1. 妮斯治療精神病人的方法中如何彰顯出同理心？試引例子加以說明。
她嚴格要求護理員對待病人時要遵守三項原則：傾聽、觀察和閉嘴。她也要求護理員以「先生」、「女士」尊稱病人，更嚴禁護理員對病人胡作非為。

(10) 妮斯·西爾維拉 —— 同理心和尊重

2. 在日常生活中，有哪些人能喚起你的同理心？你可如何同理及關愛他們的需要？
(同學可以自由作答)

3. 妮斯盡心盡力去治療精神病人及協助精神病人，即使遇上多次被其他人攻擊及傷害仍不放棄。你認為妮斯的行為體現哪些精神？這些精神值得你學習嗎？為什麼？
(同學可以自由作答)