

## 以尊重和关心为良药 —— 妮斯·西尔维拉

当你在做着一件正确的事情，却惹来其他人的反对和攻击时，你会如何面对呢？

精神科医生妮斯·西尔维拉会告诉你：「你有一万种方式过你的人生，为你的时间而战，忠于自己的生命吧！」妮斯身为巴西当时唯一一位女精神科医生，她用其娇小的身躯和强大的意志，为精神病患开辟了一条人道治疗的道路。

妮斯·西尔维拉(1905-1999)出生在巴西。当时的巴西正由独裁政权过渡至宪法民主国家，奴隶制被废除，女性地位逐渐提高。自小便立志成为医生的妮斯，在 16 岁时考入医学院。当时班上有 158 个学生，就只有妮斯一个女同学，大家都质疑，这个瘦弱的女生怎能应付难苦的医科学习呢？妮斯不因别人的质疑而看轻自己，内心强大的她，努力奋读，不但顺利毕业，还名列前茅。

妮斯揀选了精神科成为她的专业。过往，精神病患不受控制的行为，会被视为邪灵附体。但是随着医学进步，人们了解到精神病是脑神经系统失调所致。精神病科成了当时炽热的医学研究项目，妮斯对如何有效解决脑神经系统的紊乱也相当感兴趣，所以便当上一名精神科医生。

毕业后，妮斯前往「佩得洛二世精神病院」就职。那时的精神病院环境十分恶劣，病人被关在铁墙内，统一穿上灰白色病人服，在简陋的环境过着如被畜养的生活。有暴力倾向的病人，更会被关进空无一物的独立房间，连天空也见不到一眼。「佩得洛二世精神病院」里有 1500 名精神病患。能行动的，白天就放他们在空地走动；行动不良的，就躺在床上没人管，有排泄物也不加以清理。

妮斯见到病人生活在这么可怕的环境中，内心很难过。但更让妮斯不能接受的，是当时的治疗法。

有一次，妮斯被叫去观摩「大脑额叶切除法」和「电击休克疗法」，这类疗法是以电击代替麻醉药，再为病人把大脑中有情绪反应的脑神经切除，从而降低人的感知，让人瞬间「回复平静」。当天的主讲医生准备即场示范脑部电击，只见被选中的病人，在非自愿下，被三四名护理员粗暴地拉扯入手术室。过程中，病人不断发出凄厉的惨叫，可是其他医生却在冷静地观看，只有妮斯既震惊又痛苦。有的医生见到这个新来的女医生如此坐立不安，开始嘲讽她胆小，不够专业。妮斯感到很难受，她猛地站起来，喊停手术。

主讲医生望一望妮斯，然后不屑地说：「如果你害怕，现在可以离开。」其他医生开始窃笑。

妮斯质疑说：「今天的手术，得到了这名病人的同意吗？」此话一出，引起了全场大笑。

主讲医生没有耐性去应酬妮斯，双眼盯着她说：「今天的示范已经得到院长的批准，你去问院长吧！」随即便继续手术。

## (10) 妮斯·西尔维拉 —— 同理和尊重

妮斯并非害怕面对手术场面，而是反对在病人的不情愿下使用侵入治疗，强行移除意识。妮斯观察到，被切除大脑额叶的病人，表面上虽然平静了，行为和反应却变得迟钝，智力也倒退。她决定向院长反应，要求停止使用这种疗法。但这种疗法在当时被公认为最方便有效的方法，谁会理会妮斯微小的声音呢？结果，她的意见不单不被重视，还被调职去最少资源的「职能治疗部」，被投闲置散。

「职能治疗部」是让病人学习技能，藉以稳定病情的地方。但当时的精神科医生根本不相信这一套，它的设立一直都只是一个摆设。有些医生取笑妮斯，说羡慕她能在这里悠闲地工作，不像他们如此忙碌。

面对冷言冷语，妮斯没有多加理会，她明白如果自己只关心其他人的想法，就什么都不会做了。妮斯没有如同僚预期这般清闲，她计划改革「职能治疗部」。

首先，她严格要求护理员对待病人时要遵守三项原则：倾听、观察和闭嘴。当时的护理员普遍对精神病患很不礼貌，不仅叫他们「疯子」和「流口水的动物」，更时常打骂他们。妮斯要护理员以「先生」、「女士」尊称病人，更严禁护理员对病人胡作非为。

接着，妮斯尝试打开病人的心。妮斯想到玩踢球游戏，让病人可以藉着运动让精神放松一下，同时让病人再次体会人和人之间的交流合作，帮助他们重回生活的场景中，重拾活着的感觉，才有望打开心扉的牢笼。

妮斯的崭新治疗手法，证明病人对外界仍有感知。而护理员也慢慢看见这份工作其实很有意义，开始用心去照顾患者。一天，一个喜欢美术的护理员建议教病人画画。妮斯想到哲学家斯宾诺莎的理论，人对外界的反应，可用图像来呈现。病人无法用语言表达情绪和感受时，那换种方法，让他们画画，或许可以帮助他们释放感受。

于是，「职能治疗部」再次变身，成为绘画工作室，让病人前来画画。果然，病人都乐意来到工作室一尝绘画的滋味。一开始，有些病人只会漫无目的地在画纸上乱涂乱画，有些病人在过程中因未能达到自己的要求而发脾气。妮斯都一一包容并加以耐心的引导。慢慢，从杂乱的点、线和色团中，开始出现几何图形和鲜明的色块。妮斯知道，病人已从无意识的状态，经过绘画，一点点地重组心灵。「绘画工作室」成为了病人最喜欢的心灵休息室，当中包括那个被电击的病人。开始时，他一味画空房间，然后再逐一为房间添加物品。妮斯察觉到他想透过画画表达某些事情，于是便找到病人的妈妈。病人的妈妈一眼便认出儿子所画的是自己以前工作的地方。她告诉妮斯，儿子爱上雇主的女儿，可惜那女孩另嫁他人，然后儿子便精神失常了。这个被医生切割了大脑感知的少年，原来一直不被聆听。如今他用画笔努力说出他的故事，这次，他的故事被聆听了，一颗受伤的心灵，终于得着安慰。

「绘画工作室」的成功，给予妮斯很大的鼓舞。妮斯又想到新的方法去帮助病人缓和情绪--她让病人照顾小狗。这些可爱的人类良伴，使最暴力的病人的情绪也得到缓和。病人不但把小狗照顾妥当，同时也找回生活的意义，把自己也重新清洁打扮了一番。

妮斯的病人的精神状态有了明显的改善，原本是精神医学上的突破，不料竟然招致其他医生的妒忌。他们强行以在院内饲养动物会令环境变差为由，把由病人照顾的小狗全部杀

## (10) 妮斯·西尔维拉 —— 同理和尊重

掉。这些自私而野蛮的行为，令刚有起色的病人瞬间崩溃。他们把悲伤和愤怒，用自残及暴力来宣泄。其他医生趁机攻击妮斯，指控她的治疗方案无效，导致病人失控，工作室因此被逼关闭。

经此一事，妮斯受到了重大的打击。她每天在家中想到自己的努力，被人的自私一下子催毁了，便气愤填膺；想到刚有进展的病人再次被无情打击，更是心痛得落泪。她的丈夫为了开解妮斯，带了她出席朋友的画展。当妮斯置身在画廊中，看着一幅又一幅的画作，突然看到了曙光。她明白到，单靠自己的力量是有限的，她需要向外求援。她重新振作，回到绘画工作室整理病人的画作，然后把画带到当地的美术馆，提出合办画展的建议。这类型的画展前所未有，马上得到媒体广泛的报道。之后，巴黎美术馆邀请妮斯到当地办展览，令世界都关注起精神科病患的权益问题。

那个曾获诺贝尔奖嘉许的「大脑额叶切除术」，在 1950 年被定为严重违反人权，最终被废弃。妮斯的坚持和努力，成功为精神病人争取合理权益，造福了全球的病患。

1952 年，妮斯建立了主张艺术治疗的「无意识意像博物馆」，同时研究病人和动物之间的情感连接，继续为精神病患寻觅治疗的良方。1956 年，妮斯创立了「棕榈院」项目，接收之前在「佩得洛二世精神病院」受到二次伤害的病人。

妮斯在 1999 年离逝。2014 年，联合国将她搜集的 35 万件由病人创作的艺术作品，列为世界遗产，以纪念妮斯以尊重和关爱，为被社会唾弃的精神病患贡献一生。

(2836 字)

以尊重和关心为良药 —— 妮斯·西尔维拉 问题（请圈出合适答案）

1 妮斯为何决心改变当代治疗精神病的方法？

- A 当代治疗精神病的方法不人道
- B 当代治疗精神病的方法对病人造成严重伤害
- C 以上皆正确

2 承上题，当妮斯提出改变治疗方法后院长如何对待她？

- A 辞退妮斯
- B 将妮斯调往最少资源的「职能治疗部」
- C 将妮斯调往其他精神病院

3 在妮斯改变治疗方法后，精神病人有何改变？

- A 病人愿意打开心扉
- B 病人的精神状态有明显的改善
- C 以上皆正确

4 妮斯用了以下哪些治疗精神病人的方法取得成功？

- A 饲养犬只，绘画
- B 饲养猫只，绘画
- C 饲养犬只，音乐

5 妮斯建立「无意识意像博物馆」的目的是？

- A 令病人可以舒服养病
- B 对病人进行艺术治疗
- C 研究人与植物之间的情感连接

(10) 妮斯·西尔维拉 —— 同理和尊重

延伸思考：

1. 妮斯治疗精神患者的方法中如何彰显出同理心？试引例子加以说明。

---

---

---

2. 在日常生活中，有哪些人能唤起你的同理心？你可如何同理及关爱他们的需要？

---

---

---

3. 妮斯尽心尽力去治疗精神病人及协助精神病人，即使遇上多次被其他人攻击及伤害仍不放弃。你认为妮斯的行为体现哪些精神？这些精神值得你学习吗？为什么？

---

---

---

---

---

---

---