

人事心理研究叢書

第五種

心理衛生論叢

丁瓚著

商務印書館印行

臺灣現代心理學人

曾文雄

臺灣現代心理學人

曾文雄

心理學叢書第10種

書叢社究研理心事

種 五 第

叢 論 生 衛 理 心

著 瓚 丁

9

行 印 館 書 印 務 商

中華民國三十四年三月初版

(* 13121 渝熟)

人事心理研究社
叢書第五種

心理衛生論叢一冊

渝版熟料紙

定價國幣壹元捌角

版 翻
權 印
所 必
有 究



著
作
表

印刷地點

說起

環

王
雲
五

印
商
務
印
書
廠

各
地

發行所

商
務
印
書
館

人事心理研究社叢書要旨

人事心理研究社係於民國三十年成立。其所根據之精神早已表現於世界各國，蓋凡進步之國家莫不承認人之因素對於一切工作之重要性也。

人之因素自爲心理學之研究對象，故心理學在最近世紀中一躍而居極重要之地位。吾人試觀德國二十年前之復興計畫，則以心理建設爲首，且在此次全面戰爭中亦多採用心理技術以提高其軍事效率。美國於此次動員計畫中亦予心理學以特殊之位置。卽就華盛頓一處言，已有數百心理專家共同從事於作戰心理問題之研究，且美國大學中之修習心理學一科者皆在免徵之列。由此可知美國對於心理學如何重視！

本社卽應此種迫切需要而起者。其任務在盡量以人事心理之知識與技術供給軍、政、學、工、商、醫各界，藉以增高各方面之工作效率，而奠定心理建設之鞏固基礎。自成立以來，卽有兩類工作同時推進：一爲接受各機關委託之研究工作，代爲解決心理測驗之編製與實施問題；一爲於雜誌報章中傳播人事心理之常識。

往歲爲擴大是項知識之範圍起見，本社更進一步而編輯叢書。此等叢書皆由社員執筆，或爲專著，或爲譯述，有對於主管人員特別重要者，亦有對於一般讀者皆具關係者。其主要目的則在於最短時期內供給最大量之知識，俾有助於解決個人或機關方面之人事問題。唯值此抗戰

時期，交通阻滯，人力有限；故此種編輯工作至為艱鉅。尙望社會人士有以教之。

蕭孝嶸於人事心理研究社

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

附錄：一、關於心理衛生之重要性。二、關於心理衛生之研究。三、關於心理衛生之教育。四、關於心理衛生之社會服務。五、關於心理衛生之國際合作。六、關於心理衛生之未來展望。七、關於心理衛生之參考文獻。八、關於心理衛生之附註。九、關於心理衛生之索引。十、關於心理衛生之目錄。

人事心理衛生叢書要目

自序

『心理衛生』在國內已經不算是一個太陌生的名詞了。可是能科學的來認識它內容的人還是不多，特別因為實際的心理衛生工作在國內還沒有開展，人們很容易憑着個人的期望來解釋它，來期望它。但是年來我國社會環境劇變，人們心理適應上發生問題的現象已有逐漸普遍化的趨勢，這也就是說作為預防心理失常的心理衛生工作，在國內已有了客觀事實的需要。那末在這裏介紹一點心理衛生學的理论，在國內還是一件比較能適應社會需要的工作。年來我常應各學校及團體邀約作心理衛生講演，走下講壇以後，往往有聽衆們提出一些有關的問題作個別的討論，爲了時間的限制，那些答覆往往不能是詳盡的。可是在其他的講演中，那些問題是曾經提出作過較詳盡的剖析的。現在把那些講稿匯集在這個小冊裏，再加上幾篇引用我在門診所見的個案材料而寫成的論文，那末在這裏也許可以從多方面來了解一些心理衛生的問題。自然，這裏沒有學術性的研究報告，也沒有系統的敘述，不過這裏所談的問題却是許多人急於想知道的。我希望對於心理衛生有興趣的人們——特別是醫師，護士，教師，社會工作人員，衛生工作人員和兒童保育員們，因為他們的專業活動決定了他們有了解人間心理關係的必要，而這人間心理關係也正是心理衛生學的主題——能從這裏獲得着些微的幫助。

本書承蕭師孝嶸之鼓勵與幫助得以出版，黃友歧兄詳爲校閱一遍，均應致謝！

丁 瓚 重慶中央衛生實驗院心理衛生室

目次

自序

一 怎樣開始心理衛生工作	一
二 近代醫學心理學的發展	九
三 我國社會現代化過程中的心理衛生	二四
四 心理衛生工作和文化改進運動	二七
五 從心理衛生的立場來討論建立民族哲學和精神動員	三三
六 什麼是「神經衰弱」	三八
七 戰時難童的心理衛生問題	四八
八 青年期的徬徨	五五
九 男女之間	六四
十 從心理衛生個案研究觀察「男女之間」的問題	七八
十一 兒童期的性教育問題	八八
十二 父子之道	九八
十三 自卑與傲慢	一〇七

後記

一一四

十二 父母之愛

十一 兒童心理與教育問題

十 寄心醫藥上開業醫藥師書「良友之問」

九 良友之問

八 寄心醫藥上開業醫藥師書

七 寄心醫藥上開業醫藥師書

六 寄心醫藥上開業醫藥師書

五 寄心醫藥上開業醫藥師書

四 寄心醫藥上開業醫藥師書

三 寄心醫藥上開業醫藥師書

二 寄心醫藥上開業醫藥師書

一 寄心醫藥上開業醫藥師書

自序

心理衛生論叢

一 怎樣開始心理衛生工作

——中央衛生實驗院學術討論會講稿——

我們要是從社會發展史實來看，任何一種科學理論的成就或是任何一種社會運動的成功，在它們的自身，往往是經過幾個發展階段的。作為自然科學着的物理，化學和生物學的發達固然如此，而近代各種社會改革運動的沿革，尤其讓我們容易看出這些蛻變的軌迹。這是因為這些理論或運動的創始，往往是在某種社會生活裏，發生了某種理論與運動的要求，而少數時代先知先覺的人們，敏感的把握住了這些時代的要求，於是大聲疾呼而獲得了社會的普遍的同情與支持，這種理論或運動便風靡一時，而成為科學史或社會發展史上輝煌的奇蹟。但是一種科學理論的成就，往往不是孤立的可以發揮其積極性的，它的許多前提往往基於其他許多科學研究的發現；一種社會運動的發展，更是需要各種社會條件的成熟；所以一種理論或一種運動在其創始時，或因與其有密切關係的科學研究，尙未有同等的發達，或因其所依存的各種社會條

件尚未成熟，所以它們祇是模素的代表了某時代的要求，而其積極性與真理性的發揮是有待於『時間』因子的遞遷的。這說明了科學理論與社會運動的發展階段的形成。

心理衛生，它一面是研究人類心理關係的科學，它一面又是積極的保持人類心理健全，消極的預防或診治人類心理病態或行為過失的社會運動，所以它的發展也不是『一蹴可幾』，而是在過去幾十年來經過了幾個發展階段的。

我們知道心理衛生運動的起源是由於美國皮爾氏 (Clifford Beers) 的倡導，他是美國耶魯大學的畢業生。他因為時時恐懼着他自己也會得着他哥哥一樣的羊癲瘋，因而精神失常了，他便被送到精神病院去。當時美國精神病院的生活，使他感到精神病人所受待遇的不合理和不科學化，最使他痛苦的是社會上對於精神病的誤解，一個精神病人即使是痊癒了，但走出了精神病院的大門，他還是不能像其他因為身體疾病而住院出院的病人一樣的回到他原來在社會上的崗位去，換句話說社會上對於患精神病而痊癒了的病人，總是懷着歧視和偏見。於是他寫了本書 *A Mind That Found Itself*，大聲疾呼要社會人士注意這些事實。可是當他這本書初寫成時，當時社會上不少的人還是把它視為『瘋話』。幸而當時有心理學家詹姆士 (William James) 和精神病學家梅耳 (Adolf Meyer) 看了這本書給以熱烈的同情而加以支持，才算是糾正了當時美國社會人士的態度而引起了他們的注意。心理衛生 (Mental Hygiene) 這個名詞也便是梅耳所擬定的。

說起梅耳和詹姆士爲什麼對於心理衛生運動這樣熱心的贊助呢？自然，梅耳是美國近代精神病學的大師，而詹姆士不但是近代美國心理學的泰斗，他的實用主義更奠定了近代美國哲學的基礎，所以在學術見地上，他們是能預見着這一運動將來在社會上的重要性的，而同時更重要的是他們自己都有着對於心理疾病的苦痛經驗存在着。原來梅耳的母親是非常慈祥而愛好藝術的婦人，她的教養，使梅耳從小對於母親便有一種崇高而偉大的信仰，不幸得很，她在中年以後，便得着一種心理失常的憂鬱症，從此梅耳幸福的家庭，便籠罩了一層灰暗的霧幕，而在梅耳的童心裏便一直盤旋着如何能使他所愛的母親不遭受這心理失常的苦難，這實在是梅耳終身從事於精神病學研究的心理動機之一。至於詹姆士本人在三十多歲以後，也曾有一個時期會陷於輕微的心理失常的深淵，在那時期他整日的冥想，一些無名的悲哀與悵惘，整日的噬嚙着他的心頭，他自己說過在那時期裏他曾經幾次有過自殺的念頭，他的實用主義的哲學的發現，才轉變了他生活的方式，他的心理狀態也才逐漸回復到平衡，我們現在讀他的著述時，要是了解了解了這一心理背景，是會更親切的把握着他的哲學的特色的。這些都是說明了心理衛生運動初期的倡導者們是如何從自身的體驗中感覺着心理衛生的重要性而樸素的具體的提出了一種社會運動的要求。

心理衛生運動經過初期的倡導以後所成就的是些什麼呢？——至少在心理衛生發源地的美國是具體的貢獻了些什麼呢？我們看到對於瘋人和低能者的待遇與治療是改進了；這等病人在

醫院的病牀數目是增加了；工作治療和其他特殊治療術是發展了；精神病院內精神病學社會工作部是成立了；醫學院內精神病學的研究與講授是發達起來了；爲心智缺陷者所特設的教養機關是建立了；精神病學的教育宣傳是推廣到家庭，學校，工場與法庭了……這些把一般人對於精神病和精神病患者的誤解與歧視是解除了。這從學術思潮和社會改革方面來看，都不能忽視其不可埋沒的貢獻的。不過這等活動還祇限于精神病人待遇的改良和精神病學智識的推廣。正如一度做過美國心理衛生總會的醫務主任威廉氏所說這階段的工作祇稱得起『社會化的精神病學』(Social Psychiatry)。

我們又看到在美國各級學校心理衛生門診的成立；兒童心理指導所的設立；法庭監獄對於精神病學家和心理學家的延聘；對於父母教師的心理衛生教育的推進……這些工作比較的可說是稍稍接近於心理衛生的目標了，不過這還不能做到心理病態的矯治的消極工作。我們要是想達到心理衛生的積極的目標——人類健全心智的保持，我們不得不更基本的把握一個更重要的前提——那就是人類心理發展的過程與法則的了解。因爲無論是常態或變態的心理狀態，不過是人類心理發展過程中所表現的一種現象，如其不能根本的了解這心理發展的過程與法則，那末我們無論對於常態或變態的心理現象都不能有更近於真理的認識。

談到人類心理發展的過程與法則的研究，這雖然是心理學幾十年來研究的主题。但是十幾年來精神病學或心理衛生學的進步，對於這一主題的了解是有着很大的幫助的。在這一方面，我

我們應該特別指出在現在心理現象研究之中逐漸注意到人在實生活環境裏的心理反應的研究。當我們研究人類心理現象時，一面是有着主動性積極的人類認識作用，一面還存在着爲作人類認識作用的對象的社會環境。人類心理現象中的認識作用，固然不是單純的被動的環境反映，但更不能是超越現實環境而孤立的起着作用的機能。無論是在常態或是變態的心理現象的了解之中，我們不能忽略這主觀與客觀兩方面的任一端。我們所以不滿意用簡單的刺激與反應（S-R）的公式來解釋人類行爲，也因為它忽略了反應者認識作用中主動的積極的機能和刺激本身所附着的社會與文化上的意義，而這些機能與意義不僅是決定了人們反應的內容，並且是人類由認識環境而至變革環境的主要動力。我們也不滿意把人類心理歷程分析爲單純的孤立的因子而作遊離了實生活環境的定量的研究，因為它忽略了人類心理歷程的整體性與發展的了解。自然我們更不能滿意於把心理現象視爲生理現象的從屬而忽視其特獨的較高級的機能 and 一切玄想的主觀的而不能實證的臆說。心理衛生研究的對象是人們在現實生活中日積月累而發展成的病態心理現象，所以它特別強調整個的人類心理歷程和人們所生活的社會文化環境的研究。這些研究是能影響我們使我們從傳統的宗派的偏見與誤解中解放出來，正確的融合了生物科學與社會科學最新近的發見和技術來觀察人們在現實生活中的心理歷程以尋求人類心理法則近於真理的解釋。這種信念並不是一種奢望，在廣漠的世界學術界中，是有著不少的心理學家，精神病學家和社會學家們在這信念之下艱苦的在實驗室，病房，門診甚至原始文化的部落裏進行着這等研

究的工作。例如美國的 K. Horney 用臨診的材料對於心理分析學加以社會學的詮釋（見其所著 *New Way in Psychoanalysis*）、蘇聯莫斯科心理研究院 A. R. Luria 對於心理分析的概念在實驗室裏加以實證、L. S. Vigotsky 在他逝世前應用發展的方法所作的兒童心理及心理病體的研究、H. A. Murray 和他所領導的學者們在哈佛心理診療所進行的人類品格心理的研究、G. Dellard 在耶魯大學人事關係研究所進行的人類遭受挫折與侵略的關係的觀察、H. D. Lasswell 在芝加哥大學應用心理分析方法所作政治品格與政治宣傳的分析；哥倫比亞大學人類學系主任 R. Linton 和心理分析家 A. Kardiner 所作原始文化與人類心理的關係的研究，無論他們所從事的問題是比較接近於心理學的，精神病學的或是社會的，但他們在研究方法上都趨向這幾種科學的綜合的研究。他們辛勤的結果是更鼓勵我們作新的試探。這不只在心理衛生方面，就在心理學和社會方面也都會有新的發見和新的貢獻的。祇有凝視着這種新的研究趨向而迎頭趕上，然後我們才談得到人類健全心智的保持。

我國雖自一九三五年在首都南京便有中國心理衛生協會的組織，山西路小樓一角的會址，至今在人們記憶裏還刻劃着倡導者們筆路藍縷的苦心，但以社會上缺乏熱烈而持久的支持，使那些可能實現的計劃，祇得冷靜的躺在協會的檔案裏。敵寇犯難，連協會的形式也都在若存若亡的命運中了。國內醫學院有腦系科的寥若晨星。廣州、哈爾濱、蘇州、上海北平幾處在國內有悠久歷史的精神病院陷入敵手而後，大後方還沒有一處像樣的精神病院。心理衛生門診也祇

在文字上看到人們焦急的期待而已。再看看我國近五十年來的社會機構是變動得那末劇烈，思想和文化方面是那末的混亂，生長在這樣社會中的個人對於生活上的心理適應自然發生嚴重的困難，以致心理病態和行爲失常遍及於社會各階層。精神病人依然受着鎖鏈與鞭撻的磨折，犯罪行爲還是『不教而誅』，乃至家庭離解，婚姻關係失調，都沒有人想到應用心理衛生的科學方法加以矯治與預防，這豈祇侵蝕個人幸福及其服務社會的能力，整個民族精神都蒙受了莫大的損害；祇因這種損害是比較潛在的，所以很不容易爲人所覺察，以致這種損害日趨嚴重而至于動搖國本的地步，還沒有人加以密切的注意。自抗戰軍興，所謂『戰時精神病』的蔓延，不僅直接成爲軍事上的障害，而間接的更影響到後方的士氣，並且增加不少戰後建國方面的困難。這些都是我國現時漠視心理衛生工作所值得預慮的危機。

我們現在便是要在這樣的時代這樣的環境裏來推行心理衛生工作。在這裏我們固然要把其他國度裏已經進行三四十年而已具有成效的工作加以推進，同時，還得迎頭趕上的進行最新近的科學研究。所以心理衛生的宣傳與教育工作，在我國現在依然是迫切的需要。心理疾病的嚴重性依然得讓社會有普遍的認識，消極的矯治和診療，更是急救目前人們心理苦難的要圖，而同時吸取各國精神病學，心理學和社會學各種新知以建立我國心理衛生學術研究，也不能忽視。我們的宣傳，應該是用我們在門診和病院的個案材料來教育大眾，我們的研究，更應該是集中注意於我國社會目前成千成萬的懷着心理苦難的同胞。實踐要有最進步的理論爲基礎，而

理論更應向現實的環境去找引證。我們的學識與經驗自然不敢說能立刻達到上述的目標，但在我們開始舉步的時候，我們的方向應該有正確的決定。具體的說出我們目前的工作目標，不外下述數種：

一、用國內的個案材料來擴大心理衛生的宣傳，以期喚起社會人士對於心理衛生工作的密切注意。

二、成立心理衛生諮詢處，廣泛的接收社會人士對於心理病態及行為問題的一切諮詢。

三、成立心理衛生門診從事心理及行為的矯治工作，特別希望門診能發揮其積極的指導機能而收預防的功效。

四、成立心理實驗室，特別注意各個人心理發展趨向預測的研究。

五、與國內醫學界心理學界和社會學界取得密切聯繫作集體的研究所，以期穩固我國心理衛生工作的學術基礎。

以上五種工作，是我們目前心理衛生工作的目標。我們希望社會人士能了解心理衛生工作的意義，並能踴躍參加。我們希望社會人士能了解心理衛生工作的意義，並能踴躍參加。我們希望社會人士能了解心理衛生工作的意義，並能踴躍參加。