

精神病的工作 和娛樂療法

傅 玲 編 著

人民衛生出版社

精神病的工作和娛樂療法

傅 玲 編著

人民衛生出版社

一九五五年·北京

內 容 提 要

本書係作者根據南京精神病防治院推行工娛療法的實際經驗編寫而成。其中對這一療法的療效、作用、單位組織及應注意事項，都有比較詳細的介紹，同時也敘述了工娛療法對各種精神病之適應證、禁忌證及實施方法，並根據巴甫洛夫學說說明此種療法的理論根據。此外還介紹工娛療法的設備用具和操作方法，並附有圖照以助讀者理解。本書可供一般精神病院及療養院之防治工作者在實際工作中參考之用。

精神病的工作和娛樂療法

書號：1861 開本：787×1092/32 印張：4 $\frac{7}{8}$ 字數：40千字

傅 玲 編著

人 民 衛 生 出 版 社 出 版

(北京書刊出版業營業許可証出字第〇四六號)

• 北京崇文區錢子胡同三十六號 •

公私合營長春醫學圖書印刷廠印刷 • 新華書店發行

1955年12月第1版—第1次印刷

印數：1—5,000

(長春版) 定價：0.24元

前 言

良好的刺激和鍛鍊，是保護和促進大腦機能健康的必要條件，而健康的大腦，又是保證身心健康的基本因素。這說明了工作和娛樂療法在近代醫療上的積極作用。

本院傅玲同志，幾年來在此項工作上積極鑽研，頗有成績，對於本院醫療工作起了良好作用。值此人民衛生事業積極開展時，寫成此書，介紹工作經驗，作為精神病院及療養院之參考，當有一定的幫助。謹誌數言，以資介紹。

南京精神病防治院王慰曾

本文承南京師範學院錢且華、丁祖蔭教授及本院王慰曾院長、陶國泰、洪士元、壽梅隆、陳鍾舜醫師提出許多寶貴意見，最後由唐培根醫師校正，特此誌謝。

作 者

目 錄

一、緒論·····	1
二、工作療法在醫療上的作用·····	3
三、工作療法對不同症狀患者的療效·····	8
四、工療內容及幾種簡易手工藝工作的操作法·····	16
五、娛樂治療·····	35
六、工娛療法單位的組織·····	39
七、工娛療法醫囑、參加手續、記錄及應注意事項·····	46
八、結語·····	54

一、緒 論

隨着時代的進展，我們國家的社會制度的根本改變，以及醫學水平的不斷提高，我國精神病學，從先進的蘇聯醫學中，找到了新的工作方向和目標。我們知道人類機體不斷地受着環境的影響，同時也不斷地接受着環境中來的各式各樣的刺激。按照機體的特性，產生出各種不同的反應。這樣，人的機體，才能適應環境，才能在不同環境中生存。精神病的發生，是人的高級神經活動的失常，引起了精神上的變態，以致機體與環境之間不能保持正常的平衡。所以在精神病的臨床治療上，除了必要的藥物及物理療法，對於機體高級神經活動起着治療作用外，同時可以通過勞動與文娛體育活動，逐漸建立機體與環境間之正常關係。換言之，也就是利用環境因素，促使並鍛鍊神經系統，向正常活動的方向發展，也是精神病療法之一。所以在蘇聯工娛療法是精神病綜合治療中重要的一環。

過去，在資產階級的醫學中，精神病的治療，常從唯心觀點出發，因此富有特殊意義的工娛療法，也同樣受到反動醫學觀點的腐蝕，而不能很好的發揮它的積極作用。尤其在單純藥物治療觀點的影響下，完全忽視了工娛療法在精神病患者整體治療中存在的意義。大部分人認為精神病患者是難予處理的，更不會相信他們還能參加各項運動、歌詠，甚至安靜、合作的參加工作，即使一部分醫務工作者本身，亦僅以單純的「做工」或「消遣」來對待工娛療法，故不能積極予以支持，且會直接影響工作的開展。

蘇聯在十月革命初期，對於精神病人的工療問題就很重視，因為當時醫院的設備不夠，於是他們決定了三個原則：

第一，精神病患者，在可能範圍內不住醫院。

第二，利用特型工廠、特殊職業機構和集體農場，來開展患者的工療。

第三，大量發展與建立醫院中的工療設備。

除此以外，他們更重要的是注意到工療對於精神病患者在心理和教育上的重要性。他們專門為這類人設立了大工廠及特型工廠，廠裡有精神病醫師，與患者個別討論問題，並積極使其參加工廠中的一切社會活動。

在衛國戰爭時期，工療在蘇聯更大大擴充，在這階段中，工療對精神病患者起了廣泛的作用。莫斯科十月區一個治療院裡，創辦了日間工作治療所。內設各種不同的工作組，如縫紉、糊製紙盒、裝訂書籍、修理皮鞋、編織、木工以及該所的部分行政會計工作。在彭塞精神病院中，全部患者都參加了工作，他們除了每日做着農場和病院中所設的一些工作外，還參加裝排水管、修整下水道、木工等。如高司脫洛娃(Кострова)病院，他們把患者組織起來，管理圖書，甚至擔任行政、會計、保管等工作。這種療法目前已普遍的被採用來治療神經症、變態心理以及各種嚴重的精神病。

體育、娛樂以及各項輕微的活動，同樣在這時期被蘇聯醫學所採用。斯·莫·伊凡諾夫所著的「醫療體育」一書中，說明他們在衛國戰爭時期，普遍地運用了醫療體育。他們把不同性別、不同年齡、不同健康狀態的患者，根據臨床診斷，分成各種不同組別，進行不同種類的體育活動如早操、球類、集體遊戲等，都獲得了很好的效果。

過去，我國人民，受着封建主義、帝國主義和反動政府長期的統治和壓迫，精神病素來是一個嚴重的社會問題，在預防和治療方面，一直未得到重視。因此有許多患者，任其在街頭

流浪，或忍受着慘無人道的虐待。專門為精神病患者設立的醫院，可說是寥寥無幾，而工娛療法亦僅在為數極少的、設備較為完善的精神病醫院中開展。解放後，在中國共產黨和人民政府領導下，大力開展人民衛生事業，學習蘇聯先進醫學，推行科學療法，如中國協和醫學院、北京醫學院、上海第一醫學院、湖南醫學院，均成立了精神病房，並先後開展了工娛療法，奠定了一定的基礎。南京精神病防治院，設立了全院性的工娛療室，並逐步擴充設備。目前，每日可以收治 70—80 患者，展開室內外工療，及適當的文娛體育活動，對住院患者幫助很大。由此可見，工娛治療在精神病綜合治療中是起着何等重要的輔助作用。

二、工作療法在醫療上的作用

工作療法，在精神病的臨床應用上，對某些患者症狀方面，有它一定的治療意義及作用。例如有些患者，表現焦慮不安，或者恐懼自己患了嚴重的疾病，情緒非常緊張。工療對這類患者的作用，在使他們通過工作，集中注意力，轉移患者興趣、增加信心、加強對工作中的創造能力，並給以鼓勵，減少他的沮喪情緒。

抑鬱性的患者在參加工療後，在工療員經常的鼓勵和協助下，順利地完成了他們的工作，因而提高了信心；在工作中又和其他人員交往接觸機會較多，因此他們的情緒逐漸轉變為輕鬆愉快。

有顯著聽幻覺症狀的患者，如果安排好一樁他有興趣的工作，工作本身能夠全部吸引他的注意力，當他工作忙碌的時候，他會告訴你說，他再也聽不見那個聲音了，或者他再也看

不見那個人影了。這時，很自然地可以看出，患者的病情在好轉，那種騷動不安的表現會逐漸消失。

工作療法對一般慢性精神病患者，在每日的簡單工作中，可以防止在生活上的繼續衰退，他們大半是治療失效；而在慢性發展中的患者，生活方面，他們逐漸喪失了自己管理的能力，精神上日益表現着衰退的情形，所以工療工作，應該是他們日常生活中的重要鍛鍊。

恢復期患者，在藥物治療結束後，症狀雖然逐漸消退，但是有時對於環境的接觸及日常生活中的適應，不可能驟然感到很習慣，因此在治療結束而尚未出院的觀察階段中，工療的作用，是使患者通過集體活動，多和他人接觸，培養患者互助合作的能力；因其活動頻繁，消極孤獨的情緒，會逐漸轉為積極主動的表現，並使其在自己工作上的成就，日益鞏固信心，進一步增加對環境的適應能力，在活潑、愉快、健康的情緒中出院。

1954年6月，南京精神病防治院工娛療室，舉行參加工娛療法患者座談會，茲將記錄摘錄於後，以證實上面所述的效果。

〔例1〕患者吳××，男性，臨床診斷為癡病。1954年6月，自動請求醫師准許參加工娛療法。在工作和娛樂活動中，表現合群，工作很主動，情緒上一天比一天愉快。在會上他說：「我來到病院後，感到很習慣，病房門有鎖，進出很自由，因此對待工作人員，有時發脾氣。在發病時，常常胡思亂想，病稍好轉時，又常考慮到出院、回家、工作等問題，因此思想上越來越苦悶。自從參加工娛療法後，每天定時工作，定時參加文娛體育活動，很少有時間讓我再考慮到這些問題，情緒方面也感到輕鬆一些。」

根據這位患者的發言，我們可以看出：自從他參加工娛療法以後，的確幫助他集中注意力，並消滅了原來存在的不自由等雜念。

〔例2〕患者余××，男性，臨床診斷青春型精神分裂症。在恢復期中，申請

參加工娛療法。初來時，表現安靜，但和環境很少接觸。一月後，他顯著改變為合群，比較愉快，工作成績進步，在這次會上他說：「我在工療中，每天做着細緻的手工藝工作。娛療中，和同志們一起玩各項運動及遊戲。在閱讀報紙時，又熟悉了國家大事，每天上、下午我感覺過得很有意思，這樣，對我有很多幫助，直接減少了生活上的無聊感覺。」

〔例3〕患者周××，男性，臨床診斷為青春型精神分裂症。每天上午進行胰島素休克治療，下午參加娛療。初來時，仍然有自言自語，和環境接觸少的表現，僅有時喜歡和女性患者接觸。一月後，在藥物治療配合進行下，一切症狀逐漸消失，他在會上發言說：「在精神病治療中，除了醫藥治療外，工娛療法對我們幫助很大，我們上午作藥物治療，每天下午閒在病房裡，感到生活很單調，門上有鎖，進出不自由，像小鳥在籠子裡一樣，工娛療法對我們生活上起了調節作用，在活動時間內，不會容許我去胡想，精神上分外感覺到愉快。」

〔例4〕患者吳××，女性，臨床診斷為輕躁狂症。入院後每天上午參加工療，下午作電休克治療。在工療中，前幾次表現坐臥不安，工作中時起時立，注意力不集中，缺乏耐心，且表現不太合作，常常因為講話而停頓工作。但是，經過半月的工療後，逐漸轉為安靜，較前能持久，有了顯著進步。她在會上說：「我來醫院休養，工療對我幫助很大，我參加糊盒組工作，這工作是替國營火柴廠做的，我認為：在我生病的時候，也能夠為國家生產一部分產品，因而感到很安慰。當我注意力集中，工作效率提高時，我產生了一種勞動競賽的心理，每天工作結束時，總要把自己糊盒的數目，和別人的比一比，故興趣愈來愈高，對自己工作信心加強。出院以後，我準備繼續把這種工作，作為我的副業。」

以上所述，即為患者對工娛療法親身所體會的效用。其次，工娛療法的開展，對於精神病房護理管理上，也具有一定的作用。我們知道，精神病患者，較普通科患者難以護理，因為他們常常有許多不合作或抗拒的態度，使護理人員很難執行醫囑。有的患者，經常孤獨地坐立一角，可以連續幾小時不移動。有的患者，却騷動不安，情緒非常激動，甚至有的是在吵鬧和衝動着，或者竟一個連一個的喧囂起來。在這種情形下，病房的秩序以及護理人員的忙碌和困難，是可以想像得到的，如果有計劃地在病房裡訂出患者生活作息表（見下表），使患者（重病卧床患者除外）按時參加各項活動，讓他們從這些活動中，將衝動喧囂的行為，變成正當的活動。情緒方面，也

可逐漸安靜和穩定，使夜間睡眠更加安寧平穩，藉此亦可減少臨床上安眠藥的使用。同時，病房環境也會逐漸轉變為安靜、愉快。這樣直接使護理工作減少了困難，同時也防止了病房中不必要的破壞，以及患者與患者之間的相互影響。

病員每日生活作息時間表(冬季)

時 間	項 目	時 間	項 目
6:00— 6:30	起身，盥洗	12:00—2:00	午睡
6:30— 7:00	晨間操	2:00—4:30	娛樂，廣播操
7:00— 7:30	早餐	4:30—5:00	晚餐
7:30— 8:30	讀報，協助病室清潔工作	5:00—6:00	散步，自由輕微活動
8:30—11:00	工療，工間操	6:00—8:00	歌詠，聽收音機，廣播
11:00—12:00	午餐，盥洗	8:00—8:30	就寢

註：具體時間的規定，可根據季節不同而轉變。

工娛療法對於精神病患者，在症狀上表現了這些作用。但是，它的理論基礎是什麼呢？根據巴甫洛夫學說的解釋，我們知道：精神病是整體性的病，它的產生，是大腦高級神經活動紊亂的結果。所有在臨床上表現出的各種症狀，無論是在於病態的思想、情緒、言語和動作各方面，都象徵着神經活動過程基本規律的失調。

雖然有些患者，在病的發展過程中，表現有和外界環境順應失調的情況，但一般說來，他們仍然是和環境保持着一定的關係，而不時受着環境的影響。精神病治療中應用工娛療法，也就是建立在這一原則上的。

1. 患者在工療和娛樂的各項活動中，在有節奏性韻律影

響下，對一般騷動、躁狂的患者，起着安撫的作用。巴甫洛夫的理論說明：當有節奏性的運動發生抑制或興奮時，是特別有益的，因為這樣建立的反射，具有特別的準確性。所以由於長期中性的刺激，可以增加大腦的保護作用。

2. 患者的某一種固定妄想或幻覺……等，在精神病理上看，就是大腦皮層上有着一種病理興奮灶的存在，當這種興奮灶的興奮過程過強時，按照神經活動的誘導規律，則引起興奮灶周圍的抑制過程，於是患者的行為、動作、思想、言語等均受此病態思想的操縱，而對來自外界的（與病態興奮內容無關的）環境刺激，就會漠不關心。但當興奮灶的興奮過程減低時，則病態的症狀，便可一時減輕或消失，於是患者的表現，便接近於正常——此種情況多在當外在環境與病態內容無聯系時，或由於環境上某些刺激足以引起患者皮層其他區域的興奮時（非病理的），才可出現。因此利用工療，使患者從事對自己有興趣的工作，把精神集中到工作中去，這種注意力的集中，實際上等於皮層某區的興奮集中。如是再結合負誘導規律，則這種新的興奮，便可使原有的病理興奮被抑制。至於這種抑制過程，是否可以使病態的興奮內容減輕或消失，主要須視彼此興奮（新的與舊的）的強度、二者間的鬭爭結果如何來決定；但會消滅原有病理興奮的強度的作用，是可以肯定的。

在一般大腦皮層保護性抑制呈現較明顯的患者——臨床表現為少動、孤獨、無語、淡漠、與環境少接觸、退避等情況。參加工療亦能促其皮層建立興奮，協助神經活動規律的調整，增加大腦皮層張力，以提高皮層的正常機能，使患者得以與外界環境保持聯系。

3. 根據巴甫洛夫學說的理論，工療另一方面的作用是幫助建立定型。巴甫洛夫曾經寫道：「各種不同性質和不同強度

的無數刺激，從外界及從機體本身不斷地進入大腦……，所有這些刺激，彼此遇合，相互衝突，相互作用，最後被系統化和均衡化……。其結果就是獲得動力定型，即獲得協調的、均衡的內部過程系統^{〔註一〕}。此外，關於動力定型的意義，巴甫洛夫認為動力定型的改變可以毀壞正常的神經活動，對神經系統說起來總是一種困難，並帶來反面的反應。我們認為在這種情況下則是建立新的動力定型來壓抑舊的病理的動力定型。^{〔註二〕}這樣看來，一般慢性衰退以及殘廢的患者，使他們參加社會有益的工作或勞動建設事業，都是具有積極意義的。

三、工作療法對不同症狀患者的療效

工作療法，對於精神病患者所起的作用，前節已加以討論，在開展工作中，應該如何根據症狀來制定適當的工作，是一件重要的事。工療技術員，如果能夠很好地掌握患者病情，安排合適的工作，則工療可以收到較多的效果。本節特將一般常見症狀及工療的要求，討論如下。

（一）對神經衰弱的患者

神經衰弱是最常見的一類神經症。這類患者，在生理上，因為高級神經功能產生了異常，不能適應現實生活中所發生的一些反應。臨床上常見的症狀是：

1. 情緒上有顯著的改變。患者常表現急躁，好激動，常因小事發怒，許多事自知不該但無法控制。情緒低落，無精打

註一：譯自Литвин, А. А.: К перестройке трудотерапии на основах физиологического учения И. П. Павлова 原載 Учение И. П. Павлова в лечебной практике психоневрологической больницы, 118頁, Медгиз, 1954.

註二：同上。

彩，不愉快。對自己的病常表現焦慮、恐懼、消極和悲觀。

2. 注意力不集中。因為注意力不易集中，故不能專心一致從事於工作，而且記憶力減退、健忘。

3. 睡眠常常欠佳或失眠。頭暈、頭痛。反應過敏，身體和精神都很疲憊，甚至有心跳、氣喘、腰酸、背痛等不適感覺。

這類患者，一般均不須住入醫院，如爲了要配合睡眠或胰睡（胰島素睡眠聯合治療）治療，患者經過門診以後，可以住入醫院。但是，除了在藥物治療期中，需要臥床休息外，一般均不宜整日躺臥床上。過去，因為神經衰弱的病原一直不明確，同時又受到一些不科學的宣傳影響，因此一般患者，只要有一些頭暈、耳鳴、健忘、失眠等現象，就會自己診斷說是患了神經衰弱。因此整日惴惴不安，到處求醫，呻吟臥床，悲觀失望，情緒十分消極，對工作學習失去信心。這樣下去，患者更會一天天感到不安，增加對自己身體疾病的焦慮，同時，愈會感到自己工作能力不足，更形沮喪。工作治療對這類患者的特點，就在通過工作，建立患者嚴格的生活規律，堅強意志，幫助患者從工作中獲得健康的現實態度。但是，如何能使這類患者不厭倦工作，而喜歡接近工作呢？

第一，工療員首先要取得患者的信任，使患者知道工療對他整體治療的意義。當然，病房醫師應該在這方面協助合作，儘可能對患者介紹工療的意義及作用。工療工作員更應細心地了解患者，在第一次和患者會談中，必須取得患者信任，了解患者一切自認爲存在的困難，患者的生活興趣與愛好等。

第二，安排整個有規律的生活。制定患者愛好的工療和娛樂，使在工娛療法活動中，能全部佔據患者的思想。但是，絕對禁忌在工療時間內和患者討論病情。除了在第一次會談中，可以讓患者儘量談出他的情況，以後不可在工作中再討

論他的病情。

第三，在制定工作種類時，對這類患者的工作，應有一定的目的，及較高的要求。必須使他們自己看到具體的價值，不能使患者產生僅為消磨時間的心理。估計他們能力可以做到的、具有創造性的工作。或者利用競賽方式，使患者互相鼓勵。或儘可能結合社會某一階段的要求（如愛國捐獻中，把他們的製成品義賣），來加強他們的自覺性。

第四，工作中應防止歪風。避免患者三五成群的在工療時間內討論病情，或互相清談，或者袖手旁觀，不顧工作，因而互相影響。

第五，工療員必須靈活應用上面各項原則，才能使工娛療法發揮較大的作用。

第六，至於對神經症中之癥病和強迫現象的患者，工療員應該冷靜沉着地對待他們，耐心地協助他們，使他們從現實活動中，產生新的、穩固的態度，以減少過慮，使不再為舊有的懷疑及以往的經驗所困擾。

（二）對躁狂騷動的患者

躁動的患者，在情緒上表現着愉快、興奮，但波動性很大，對外界刺激反應快，興趣面廣，但不能專心一致的工作，有過分活動等症狀表現。工療的目的，在讓他們通過比較鎮靜而變動性不大的工作，使其亢盛的活動精力有適當的出路。但是，他們常會表現對工作不連貫、不負責任。在這種情況下，凡是有可能傷害他人的危險工具，都不宜給患者使用。

急性躁動的患者，常是表現極度不安靜、衝動、興奮、言語不連貫，因此大半是不宜參加工療的，更不宜在集體的工療室裡工作。若為了需要通過工療以改變某些症狀時，必要時亦

可酌情參加。但是，這類患者大半是隔離在單獨病房裡。有效的工療，可以用洗淨而顏色鮮明的布條，讓患者進行編織或拆舊；亦可利用患者衝動興奮情緒，撕拆破布條、製拖帚等工作。將患者在症狀上所表現的，引導他作積極性的工作，藉以減輕症狀。但是，這類患者有時常因衝動而毀壞物品，故在給予工療原料時，以廢物利用的舊東西比較合適。不過顏色仍宜光亮有色，方能吸引患者注意力及興趣。當患者急性發作期過去，而逐漸轉入恢復期時，工療工作員應立刻給予安靜的工療，如油漆、編織等較細緻的工作。

(三) 對抑鬱性的患者

這類患者，表現着顯著的情緒低落、思想遲鈍、自責、認為自己無能，所以十分憂鬱，對自己失去信心，自卑，甚至有很深的罪惡感。對環境的興趣比較少，但很敏感。工療員在接觸這類患者時，首先應該預防他有自殺企圖。工療對這類患者的目的，是藉工作為一種刺激因素，使患者對本身的興趣有所轉移。工療員在接觸他們時，首先必須了解他們過去的生活史、家庭情況、嗜好與特殊技能，使其從實際工作中恢復自信，提高生活興趣。利用他們的特點，展開工療工作。

1. 因為思想遲鈍，所以在工療開始時，應做比較簡單的、患者能力所能達到的、有直接作用的工作。

2. 有時他們表現着十分躊躇不決。因此，工療員應該注意，這類患者不宜經常調換他的工作。在工作一經開始後，必須促其完成，不讓其中斷。同時，工療員應該以重視的態度，經常關心着他們的工作情況。

3. 患者在工作中，常因偶一遇到困難就垂頭喪氣，或者缺乏自信而停頓不前。這時，工療員應該從旁多加鼓勵，或者

協助他們完成工作。茲舉一病例說明如下：——

〔例〕患者朱××，女性，31歲，於1953年2月入院，入院前，曾投河自殺被救。住院觀察中，很自卑，少說話，對生活不感興趣。臨床診斷為抑鬱性精神病，作電休克治療。於53年3月申請參加工療。初參加時，她對工作同樣少興趣，每日呆坐一旁，和環境少接觸。工療工作人員和她交談中，知道她是三個孩子的母親，遂利用機會，教她替自己孩子縫製衣服。起初，她時作時停，工作進度很慢，不久，她漸能單獨工作，成績顯然好轉。半月後，衣服成功了，她感覺到自己的存在，對家庭對孩子都有好處。她說：「這是我病後第一次為孩子做衣服。」在工療員鼓舞下，她的信心加強了。因此，她要求再為她剪幾件衣服式樣。從此，她每天不間斷的來工療室參加工作。工療員也試着一天天對她提高工作上的要求。每次工作完成後，我們可以看出她臉上表現出無限的喜悅。2個月以後，在她恢復出院那天，她還特地購買了她親手刺繡的成品帶回家。

我們都知道，焦慮、恐懼和不安，這些不良的病狀，會經常使患者疲勞與消耗精力。因此，工療主要的目標，是設法使患者得到精神上的休息。因為在同一時間內，兩種不同的思想，是不可能同時並存的。工療工作的用意就是用一種正常健康的思想，通過工作而取代患者本身所存在着的病態的思想或觀念。對孤獨不合群的患者，應該逐漸鼓勵他們參加集體性的工作，在同組工作中，如果有一個合適的同伴，將會有更好的影響。

（四）對精神分裂症患者

這類患者，多見於青年期。是一類預後比較嚴重的官能性精神病。因此，主要表現在思想、情感和行為方面的紊亂，及其間協調的失常。一般患者，在症狀上有下列各種表現：

1. 情感貧乏，反應遲鈍，表情冷淡，對周圍環境漠不關心。
2. 思想、情感和行為方面紊亂，不調協，如哭笑無常，有時激怒，或發生衝動性行為。