

聾人心理誌 無聲世界 有誰共鳴

活在灰暗時代，人人藏有潮一般的苦水，拼命地吶喊絕望無力。在茫茫人海中，有種人的語言瀕臨絕種，幾乎陷入失語的狀態，思緒梳理不清，鬱結無法言明。當表情隱匿口罩後，他們彷彿再失掉一項感知，落在無聲狹縫中，卻爬不出幽谷。

這些人，就是聾人。

香港現時有逾十五萬五千人有聽力困難，只有約四千人懂得手語，而能翻譯手語的人更是鳳毛麟角。研究指出，聾人比健聽人士更容易有精神困擾，自殺傾向更高，卻不願尋求專業協助，主因是覺得無人明白自己。

是次專題找來聾人現身說法，有開闢新路的過來人，有身陷水深火熱的精神病患，也邀來手語傳譯員和心理學家，述說怎樣在聾人精神健康這片荒蕪之地，做拓荒者。

無聲世界，有誰共鳴？

聽得見，聽不見，都能用心感受。

手語：尊重

共融學校聾人老師

從前走過的路現在陪你度過

手語：我愛你

幾年前興起悄悄話挑戰（Whisper Challenge），大夥兒輪流戴耳機，看別人口型猜句子。音樂遮蓋人語，對方臉孔愈是一頭霧水，答案愈偏離軌道，便愈好笑。但若然遊戲變成生活日常，大概就不好玩了。

聾人潘頌詩從幼稚園到中五都在聾校就讀，一直接受口語教學。小時候坐在班房，知識繞室而飛，她未能捕其聲，便捕其形，堂堂緊盯老師的唇，像在追撲轉瞬即逝的蝶。到底是「美國」還是「蘋果」？是「爸爸」還是「媽媽」？字庫有限，口形相似，思索得來，腦海已一片空白。老師愛在班房來回踱步，寫黑板時背對學生，頓時聲音畫面有問題，卻反斥學生看不懂是蠢。

一根稻草，可讓瀕死的人續命，也可壓垮駱駝。口語教學，或是後者。潘頌詩幽幽地道，中學生涯只學到兩成，壓力大得想過放棄。六小時後放學回家，一副乾癟皮囊癱軟在牀，像個洩氣的氣球，但魂魄的苦，絕不能告訴爸媽，因為他們覺得手語是歧途，想她走「正常」的路。

如今老舊時光都翻過去了，她闖出了一條新路，體驗過美國的聾人大學生活，回港後當上教學助理，更獲得特殊教育教學資格，透過「手語雙語共融教育計劃」，在小學教英文和數學。課室內聾童和健聽學校一起上課，而她和一名口語老師同步授課。老師除了言傳，還要身教。過來人成了聾童的樹洞，從前走過未走過的路，都陪他們度過。

學校煩惱

第一次與潘頌詩見面，是在語橋社資，她剛從學校趕來訪問。第二次相約在中環街頭，雨沾濕了薄衣，她面容始終和煦，打完一輪手語忽爾停頓下來微笑，接話前眼睛擠成兩條縫，直接豎起拇指說「是」，像鼓勵答對問題的孩童。

在學校裏，身為聾人成人榜樣的她也是笑笑的，待學生如子女。課室內，聾健接受同等教育，不刻意簡化課程，沒有誰比誰優勝。社交圈子有聾人，健聽同學老師願意學手語，甚至連校長也在跟她學手語。

這是三十年前的她無法想像的。她在家中排行第一，二妹健聽，三妹也是聾人，母親跟很多健聽父母一樣，篤信學習手語會阻礙學習。面對升學岔路，手語與口語，須二擇其一。三妹到主流學校讀書，她從幼稚園起入讀口語主導的聾校，只有和同學聚在一起玩，才自然地接觸到手語。

當初她好不容易升上中五，內容卻與中一課程相若，不溫習已能考取好成績，會考還不能報中英數。於是她轉到主流學校，由中三重頭讀起。她覺得自己已很幸運，許多朋友讀主流學校都慘遭欺負孤立，只有自己未被訕笑，或許是因為擅長打籃球和游泳，老師都會請她出來示範。不過全校只有她一個聾生，又沒手語傳譯員，上理科堂時有圖片輔助，文科完全看不明白。

聯合國《殘疾人權利公約》列明，聾童在教育場所應獲平等對待，以及學習手語的權利。如今望着爛漫小孩，她總覺得他們比自己幸福多了，至少在教育上體驗到公平，也有她這樣的一個伴。她跟同學打成一片，學校裏較調皮的，或有嚴重家庭問題的學生，會被捉去見社工，有聾童會跑來跟她吐苦水，訴說的都非學習困難，首當其衝的是家庭。

家庭裂痕

別人的說話，大可當耳邊風，但家人關係愛恨交織，似乎是聾人畢生的課題。九成聾人的父母是健聽，聾人夫婦的子女亦有九成健聽。同一屋簷下，言語不通，文化不同，容易遺下裂痕。作為過來人，潘頌詩擁有一顆同理心，容易代入那種惴惴不安的狀態。

小時候她想做老師，常在家豎起白板，佯裝教兩個妹妹有的沒的。全世界都跟她說，聾人只能做低下階層工作，連媽媽也覺得，做醫生律師老師只是在發夢。在家比劃手語時，二妹看着有趣，有樣學樣，手指一縮一放，原來能接通心扉。每次爸媽見狀，都會責罵妹妹做壞手勢，她看着不好受，心裏涼了半截。後來一家五口外出行街吃飯，二妹遞手比劃，媽媽怕路人目光在指間流轉，隨即板起臉孔，猛力撥開或箍住她的手指。手背烙下酡紅，妹妹扁嘴不敢說痛，但也在心中輾過不能磨滅的痕。

急性子的潘頌詩覺得家人橫蠻，根本沒耐性跟他們筆戰，動不動就生悶氣，暴躁陰鬱嵌於眉間。小鳥圈在籠中，學業和家庭問題捏住頸項，發不出啼聲，就想找一扇窗逃逸。她希望繼續升學，但香港的大學缺乏對聾人的支援。她轉而到銀行擔任保險文員三年，後來領取獎學金，決意離巢，隻身飛往美國讀數學。無聲鳥趕上千里路，順着自由的風漂流異鄉，抖落親情憶念，倒是一身輕。

香港沒有的自由

被折的雙翼，終能展翅。當時許多美國大學都為聾人安排專人，即時打出老師的講課內容。她的落腳點美國高立德大學，更是全球首間聾人大學，結合手語教學。《美國殘疾人法案》下，聾人使用學校醫院及康樂場所前，可申請安排手語翻譯員，絕大部分免費。「聾人想要的是平等機會。」她習慣了獨立，吃飯買機票活動訂位去銀行，按一下就有視像傳譯，不用勞煩健聽朋友，也毋須看臉色做人。美國生活拓寬視野，讓她首次體會到，什麼是快樂，什麼是人權。

在最自由的日子，她想起崩塌的家，思考怎樣重新建立關係。分隔異地的距離，反而醞釀出愛。二妹開始學手語，轉而從事教育聾童工作，媽媽也改變了想法，跟着一起學。她有她活在無聲世界，媽媽仍活在有聲世界，但有了手語，誤會少了，彷彿又融和在同一天空。

她想過從醫，美國有儀器代替聽筒看心跳，也想過做科研，但回港可試試推動社會對聾人的關注。回到香港，明明隔了六年，感覺卻像兜了個圈回到原點。在香港看電視直播仍然沒有字幕，聾生想入大專都要靠運氣。時至今天，看醫院急症，也未必有手語傳譯服務；想申請興趣班，攜同手語傳譯員，還得多繳一份學費；到聾會參加心理輔導小組，手語翻譯質素參差，無法療傷。

聾人可以做到任何事

世情千迴百轉，最後她到底也是投身教育界。她曾任職於聾人學校，其後到中文大學手語及聾人研究中心任研究助理，先後到兩間學校做聾人教師。全職工作期間，她修讀教育榮譽學士（特殊需要）學位，希望為聾生和健聽生樹立榜樣，為殘疾人士充權。這是香港首次有使用手語的聾人，獲得特殊教育教學資格。她想用自己做例子，向學生證明美國高立德大學首位聾人校長 I. King Jordan 說過的一句話：「聾人可以做到任何事，除了聽。」

潘頌詩伸個懶腰，鬆一鬆久未舒展的骨骼，說今晚要出席攝影班，拍攝燈光閃閃的夜景，但翌日就要開學了，要早點睡，想精神奕奕地迎接學生。對着這班迷途小羔羊，她不會叫他們「看開一點」，也不會說「加油」，因為她知道他們已經很努力了。

一路走來，聾人努力學習從隨後的起跑點追上，但從來沒有人調整起跑線，沒有人拔走滿途的釘，也沒有人教過他們，跌傷後該如何包紮傷口。問她最想對聾人說些什麼，她揚起嘴角，轉出手背舉起拇指、食指和尾指；另一句是，伸出兩手食指慢慢靠攏、指向前方、兩個人字向前走路。

意思是愛你，與你同行。

手語：我愛你

「聾人想要的是平等機會。」

開學前夕，跟聾人老師潘頌詩相約做訪問。

手語：與聾人同行

聾人精神健康問題

國際研究指出，聾人患上精神障礙的比例，比一般人高出兩至三倍。根據政府統計，遇上精神健康問題的聾人，佔聾人人口達六成。

手語敗部復活記

一八八〇年，米蘭第二屆國際聾人教育會議通過議案，規定聾校禁止手語，使用口語教學。二〇〇八年，中國簽署《國際殘疾人權公約》，列明要協助聾人成長。二〇一〇年，第二十一屆國際聾人教育會議宣布，推翻禁止手語的決定，呼籲世界各國確保聽障兒童教育，尊重所有語言和溝通形式。

過去數十年來，聾童只能接受單一口語教育，令他們面對溝通障礙和社會孤立。現時懂得手語的聾人只有不足四千，佔全體比例僅約2.5%。中大手語及聾人研究中心從二〇〇六年起創立「手語雙語共融教育計劃」，每班級都設有一班共融班，當中有五至六位聾童與健聽同學一起上課，健聽和聾人老師共同教學，希望促進共融。

手語：權力

手語翻譯員邵日贊

重建精神科醫生與病人之間的橋

九月六日，手語翻譯員邵日贊執筆寫投訴信予醫管局，邊寫邊感痛心。

單是八月，他已接獲六宗關於申請手語傳譯員的失敗個案。有聾人因聽不到呼叫應診，而遭醫護苛責增添麻煩，有聾人照X光時因溝通障礙而造成失誤，有聾人下午兩時到急症室求診，卻八小時未見手語傳譯員。其中一名投訴人，是聾人精神科病人阿慈（化名），幾年間在醫院進進出出，情緒不斷惡化。上月初她找邵日贊時，只乾脆俐落地留三隻字：「快開視。」他解釋，聾人焦急起上來，往往顧不得打字，想即時手語對話。

每次記者問候情況，他都歛容地回兩句「如人飲水」和「啞巴吃黃蓮」，聾人冷暖苦痛只有自己知。這年疫情襲來，戴口罩令情況雪上加霜，不聞其聲，不見表情，造成更多誤會。「精神科的溝通尤其重要，假設骨折流血，單靠表面也能觀察到，肝臟有事，看眼睛皮膚亦能判斷。情緒健康治療要靠聊天，當精神科醫生與病人之間缺了橋樑，又怎能真誠溝通？除了藥物外，他們又帶得走什麼？」

醫院二字成猛獸

訪問相約在「龍耳」，阿慈兩夫婦坐對面，丈夫阿隆（化名）也是聾人。邵日贊坐記者旁邊傳譯，從事義務手語翻譯工作十多年，每天要事一籊籊，他與聾人的短訊通話「碌極都有」，記錄轉眼沉底。他劈頭笑說，原本當日要到政府總部，出席專責小組會議，但想想與其浪費唇舌，倒不如騰出時間，真切地關心聾人。

外表剛強的阿慈也笑了，戚起一雙粗眉鳳眼。從前她做水吧，也自覺勤力，只是飲食業求快，靠雙眼觀人眉頭眼額，總追趕不上別人雙耳。每當見同事耳語，她就渾身不自在，眼神飄到自己身上，就覺在背後受人訕笑，人情如凍飲般冷，內心荏弱難受，但每每想起租屋負擔太大，便心頭一緊，立刻撇掉是非如常工作。反正杯盤交碰的傾捨框欄，或許純屬虛構，畢竟她全然聽不見。

世界本來就寂靜無聲。

當人心冒生裂痕，壓力爆煲，耳朵卻忽然靈光。二〇一四年，她的腦海開始浮現汽車響安聲，行街會聞見雞啼，日光下響起刺耳的雀鳥聲，如夢似幻盤旋不去。那些頭顱快要爆炸的日子，她屢屢失眠，混沌得像撞邪一樣，曾握菜刀架頸企圖自殺，打開窗戶想從家裏一躍而下，又執起剪刀末端插自己的頭。老公感到心酸卻百思不解，認為她在鑽牛角尖，母親慌張得領她拜神，五嫂看她目眦盡裂，認定她遭邪靈入體，請來道士為她驅鬼。道士一見她，只說句無能為力，着她急忙去看精神科醫生。

往後三年，阿慈進出醫院十次。第一次進瑪嘉烈醫院，她一個人躺在病榻上，無論是人有三急，還是討點食物，想打手語，醫護人員都當她在發洩。護士看她動手動腳，就打針預防病發，繼而綁起手腳，退而求其次寫字也不行。聾人四肢被綁，好比健聽人嘴巴被封。她簌簌淚下，內心詰問：我的腦袋怎麼了？為什麼無人理會我？何以醫院沒有人懂得手語？幾時有手語傳譯員？

醫院二字從此成了猛獸，叫她聞風喪膽。家人稱對病情不大認識，只知道是思覺失調，察覺異樣就送她回去。有次護士吩咐她在文件上簽名，文字艱澀難懂，只知是轉介到其他醫院。她想找手語傳譯員，屢遭拒絕，情況未見好轉，困擾反而加劇。如今吃了藥，世界安寧，她不再平白無事想死，但卡在醫療系統的死胡同，心裏留有陰影。

今年六月再度住院，她看健聽人聯絡家人送來零食日用品，自己也想打電話，但護士以忙碌為由敷衍過去。七年了，她仍未得過手語傳譯的服務，夜裏想家，急尿肚痛只能低吟，苦不堪言。迷濛間，她像螃蟹般被束過許多繩結，也打了許多無法解除的鬱結。這些死結繫上了枕邊人的心，也讓邵日贊感到煎熬。

影響安危

阿慈的事，只是冰山一角。八月二十二日，邵日贊從早上八點至晚上十一時，到訪四間醫院陪診，在每家停留多時，卻一個手語傳譯員都找不到，結果書寫了事。

「整個社會是聲音霸權，生活上已有很多困擾，嚴重到會威脅安危。患病的痛苦，求醫的困難，冤情有理說不清，都會嚴重影響心理健康。」桌上擱了厚厚一疊文件夾，是令邵日贊這年疲於奔命的個案。去年四月，患抑鬱症、有自殺傾向的五十八歲聾人陳先生（化名）到急症室求診，被轉介至葵涌醫院留醫兩周，出院翌日（五月七日）從住所墮樓自殺身亡。家人認為事件涉醫療疏忽，質疑醫管局有免費手語傳譯服務，但院方未有安排手語傳譯員協助問症，全程以紙筆及身體語言溝通，間接導致慘劇發生。

醫院回應，陳先生在過程中能理解問題，出院前情況穩定，沒明顯自殺風險，更表示想出院上班。但據女兒憶述，父親僅達小學程度，出院當日神情不清醒，用頭撞向升降機，拿剪刀自殘，交代要辭職，還以手語表達想「安樂死」。院方亦指出，出院前夕曾安排手語傳譯員交代出院事項，卻沒紀錄能交代其姓名及資歷。

邵日贊批評，資料透明度低，質疑醫管局聲稱過去三年提供約三千次手語傳譯服務，是否屬實。「什麼時候會找手語傳譯員？何時得知有沒有傳譯員可以到？沒有，什麼時候回覆？有，何時到達？到達後，又是否有記錄手語翻譯員姓名？醫院沒有病人也有醫生，街上沒有事警察都該巡邏，不是有事才出現，甚或有事也不見影。即使沒有聾人病人，醫院要有清晰安排，確保有手語傳譯員隨時候命。」

整體社會聾意識薄弱

近年聾人多識字，邵日贊反問：「識字和理解是兩回事，用廣東話談量子力學，隻隻字都識啦掛，你能完全明白嗎？尤其是醫療系統涉及專有名詞，例如幻聽徵狀、自殺意圖、微絲血管，若欠缺基礎知識，寫紙也很難吸收。」

阿隆想起童年淒楚，上課不明所以，回家父親破口大罵，自己比手劃腳咿咿呀呀地回嘴，吵一場不知誰勝誰負的架。阿慈垂眼說，有時不懂那個字，書寫或讀唇也無助溝通，惟有手語傳譯員能為聾健搭橋。

邵日贊說，手語不只是動作，而是一種語言，同樣打法不同表情，已謬之千里。如醫務社工形容陳先生住院時常指向太陽穴，女兒聽罷理解為「知道」，後來看到真人表情，才知意指「失智」。訪問期間，有些對答如雞同鴨講。邵日贊解釋，聾人未必接收到拋磚引玉，一條問題，要換幾個方法試探。

「跟聾人溝通最重要的是耐性，可惜香港人最緊要快。」主流世界的聾意識薄弱，就算家屬都未必明白。五年前，有聾人因與家人爭執，家人報警稱他有精神病，被誤送屯門醫院急症室，最後因院方未有安排手語翻譯，再被送往青山醫院留院七天，被老闆以無故曠工為由辭退。

邵日贊長嘆一口氣，說聾人在社會恍若隱形。有次他到醫院陪診，調整耳機問題。聽力中心外的電視屏幕上，只顯示時間和廣告，叫號僅用喇叭廣播。他感到荒謬，聾人在生活中已被剝削太多，竟連耳科也沒充分照顧聾人需要，不值原諒。他反映意見後，院方回應建議親友陪同。如此一來，親友壓力增加，聾人私隱外洩，他咋舌：「那麼不用設殘疾斜路了，建議家人抬起輪椅；地下也不用引路徑了，盲人跟朋友出雙入對便可？」

希望帶來改變

奔波多年，社會彷彿停滯不前。他搖頭說資訊發達，人們開始接觸到手語歌和聾人資訊，聾人團體湧現，政府面對輿論壓力，也為電視節目增設手語翻譯。「但這些都是興趣式的過眼雲煙。」那麼會無力嗎？他笑說：「是無力的了，只有做到幾多得幾多。很多年前，人們在街上看到紅鬚綠眼黑人都感奇怪，全因無知。如果只有我一個感嘆，是沒有用的，所以要為他們發聲。知幾多不緊要，少少都好，就算不懂手語，都可以誇大口型，好過連基本認知都沒有。」

二十年前初入聾圈，他察覺到聾人很愛參加集體活動，什麼吃齋行山一日遊，明明交通費高昂，總是人頭攢動，一張張臉綻放笑容。後來他明白了，茫茫人海中難得遇見同路人，有如他鄉遇故知。二八年邵日贊與李鵬成立「龍耳」，機構名字源自李鵬自殺身亡的聾人妹妹李菁寫的文章，一條龍跌落凡間，割去雙耳後遍尋不獲。於是他們遊走於傳譯、職業配對、推動共融之間，想做聾人的耳，耳聽八方，也聽內心。

邵日贊打完手語，阿隆點點頭，豎起拇指表示同意。他頭腦簡單，但也知什麼是喜怒哀樂。想像老婆每次入院就像坐牢般辛苦，不能拿紙筆，又沒電話，出院後還反覆惡化，眼神無光，這叫做哀傷。有時家中赫然不見人影，他才知老婆被送到醫院，那是憤怒。也不是沒有想過離婚，但很快就氣消了。

這天微風捲動綠葉，他用雙手打出「放鬆」和「陪伴」的手語，阿慈隨即舒一口氣，彎起雙眼，甜笑得捲成一團。兩口子黏在一起，在樹蔭下牽手漫步，等到某天內心無穿無爛，便是真正快樂。

七年前，阿慈的腦海忽然浮現起汽車響安聲，頭腦一片混亂。

「跟聾人溝通最重要的是耐性，可惜香港人最緊要快。」

阿慈（右）和阿隆兩夫婦都是聾人，甚少接觸有關精神健康的資訊。

醫療手語傳譯服務

醫管局指，公立醫院和診所醫護會按照病人需要，透過服務承辦商及兼職法庭傳譯員，為病人安排即場手語傳譯服務，服務時間為上午八時至晚上十時（周一至日包括公眾假期），疫情期間亦可以視像方式，為病人提供相關服務，過去三年提供的手語傳譯服務約共三千次。但邵日贊指出，自己親身去各醫院幫聾人申請服務，沒有一次成功。

阿隆平日會在電話上打字，向健聽人表達簡單詞彙。

「醫院沒有病人也有醫生，街上沒有事警察都該巡邏，不是有事才出現，甚或有事也不見影。即使沒有聾人病人，醫院要有清晰安排，確保有手語傳譯員隨時候命。」

邵日贊說，多年來推動聾健共融，最想達到人人平等。

手語：平等

香港節奏急速，甚少停下來了解聾人需要。

「輕觸我心」

為聾人心理輔導開啓一扇門

1+1>3

海外研究指出，近兩成聾人有自殺傾向。背後不止是一個數字，而是一顆顆被現實狠狠輾碎的心。現時坊間有不同的精神健康輔導服務，但根據語橋社資在去年十月的調查，八成聾人認為聾人心理服務不足，對相關服務卻步。在這破碎時代，語橋社資渴望改變聾人命運，推廣手語和口語雙語學習；說書人致力推廣精神健康，消除對情緒病的歧視。兩個團體碰在一起，很快便找到共同心願：填補聾人精神健康服務這塊缺失的拼圖。

今年一月，兩者聯手推出「輕觸我心」聾人精神健康計劃，跨專業地發展出手語雙語精神健康服務的模式，讓不論用口語還是手語的聾人，都得到適切服務。計劃受眾為先天失聰的青年人和成年人，分為三個層面。第一是為聾人及其家屬，提供臨牀心理評估、個人及小組輔導；第二是向手語傳譯員提供專業精神健康傳譯技巧培訓，為精神健康相關的專業人員提供培訓，更深入理解聾人需要；第三是推動公眾教育，讓聾人分享自己的故事。雖然計劃才剛起步，尚在實驗階段，但已完成多次輔導及訓練。

那天到訪語橋社資探個究竟，會見創辦人姚勤敏，以及說書人創辦人李昭明。聊到半途，燈光一閃，聾人職員潘頌詩按鈴後推門而進，坐在沙發。過一會，兩位手語傳譯員也加入對話。原本兩個人的訪問，忽然變成集體訪問。大夥兒邊搭話邊做手語，是手舞足蹈，也是七嘴八舌，鬧哄哄的像個大家庭。姚勤敏笑說，大家平時開會也是這樣，你一言我一語的，集眾人之力，看撞出什麼火花。

雙重污名化

當初語橋社資籌備計劃，是因為看見聾人精神健康的漏洞，希望引起社會關注，但單靠聾人研究還不夠，必定要跟手語傳譯員和心理學家合作，在專業上互相補足。那時「說書人」偶爾會上載聾人心事，也曾在分享活動中增設手語傳譯，但主流服務裏面，還是以口語和書寫為主，甚少接觸關於聾人的知識。語橋邀請加入，臨牀心理學家李昭明為提高專業人士的聾意識，隨即和應：「在香港接受心理學培訓的時候，聾人羣體基本上是隱形的，而我們的信念是希望沒有任何人被遺留。」

從前李昭明出席聚會，舊同學一看到她，便會高呼「有誰是痴線」，打趣說「有病再去看你」。姚勤敏插話，有研究提出「聾人性格」，形容聾人孤立離羣、缺乏安全感、情緒化，但這些都不是先天性格，而是生活在壓迫環境，令他們遇到很多挫折，自然冒生情緒問題。「這就是健全霸權主義，將個別身份聯繫到一連串負面標籤。」聾人

加精神病患，兩個身份交織，面對的是雙重污名化（Double Stigma）。李昭明說，聾人身處兩種外在壓迫中，不能純粹歸因到個人，指責其不懂處理情緒，而忽略整個脈絡。

世間所有誤會，都是源於不了解。為提供最適切的服务，心理學家團隊要重新認識聾人世界，化解刻板印象：「聾人會拍人肩膀溝通，原來並非不禮貌，誇張的表情動作，是他們語言的一部分。」據她觀察，聾人都具有好奇心，勇於發問及個人分享，希望將技巧應用在日常。

重新學習

籌備半年間，李昭明等臨牀心理學家負責培訓導師，去帶領「與情緒共存」、「與壓力相處」、「睡眠健康工作坊」及「正向心理學」四個主題的心理健康學習小組，掌握精神健康資訊。踏入無聲世界，一切以視覺為主。平日帶組習以為常的動作，都要重新習慣。簡單如說話節奏、不要擋住簡報、自我介紹要圍圈或站起來讓人人看到自己、問問題參加者不會立刻舉手，因為要傳譯過後才有反應。而導師的能量，原來也會感染到參加者，穿透了對寧靜環境的想像。

潘頌詩是員工兼參加者，從前她習慣玩電話，夜夜輾轉難眠，心情變得暴躁，變成惡性循環。導師教她要分開兩個環境，牀上不用電話，睡前不飲紅茶，她照做後整個人變得精神，心情也轉好。在治療小組中，她明白到負面情緒是正常的，學會了表達鬱結，而這些事，以前從來沒有人教她。

當變成單對單的個人心理評估，難度就更上層樓。一些健聽人的症狀診斷，如思覺失調的呈現方式不是幻聽，而是幻覺手語，本地卻欠缺有關數據研究。以往治療以口語主導，慣常的診斷及治療工具用不着，需要從零建立。「很多層面都要聾人參與，否則很離地。」聾人從小接觸不同手語，更容易明白聾人文化。心理學家團隊將評核心理狀況的問卷，變成手語版，再找不同聾人反覆對比翻譯，以確保表達清晰準確；又跟聾人商量，究竟觀察到的症狀是屬於語言問題，還是精神上的問題；還跟專業手語傳譯員合作，學習他們的工作模式，並建立安全感。

手語傳譯

手語傳譯員，是聾人和健聽心理學家之間的橋樑。除了口語與手語互換外，可以書面語轉手語，或手語和手語之間轉換。有時健聽手語傳譯員會跟聾人手語傳譯員合作，從文法手語，轉為聾人社羣慣用的自然手語。潘頌詩在外面參與過其他心理輔導服務，但手語傳譯員的翻譯較生硬，而且沒時間深入交流，得着不大，甚至有些小組要自己請手語翻譯員。

根據語橋社資於去年八月的調查，聾人不願主動接受精神健康服務，主因包括擔心私隱被洩露、擔心輔導人員不明白聾人需要、有傳譯員在場令他們焦慮不安、於輔導人員清楚交談時有困難、不肯定傳譯員能否把想法準確地轉達等。姚勤敏解釋，坊間的服務甚少安排手語傳譯員，就算有也不熟悉心理輔導場景，純粹跟字面形容就會錯，亦不清楚傳譯員界線。

「聾人羣體很細，彼此間認識，有時混亂不安，她到底是朋友？還是傳譯員？會否我講少少，她就講完整故事？」語橋社資市場營銷主任梁思穎話畢，李昭明笑道：「美國聾人會駕車穿州過省，找不認識的手語傳譯員，但在香港這個小社區，從香港島去九龍也是同一堆人。我們會盡量安排不要有雙重身份，將來有些工作接觸要避免，但也不能一刀切，從人道考慮出發，確保不會沒有服務。」

完成培訓的手語傳譯員廖凱瑜接着說：「想讓大家知道，手語傳譯員有專業守則，不論房內房外都會尊重私隱，讓聾人安心。但梳理對方的同時，也要照顧自己的心理狀態，知道自己的局限。」她憶述，培訓課程中設有角色扮演，有人飾演躁狂症患者，有人佯裝捉蟲吃，有人請心理學家飲啤酒，有人不斷辱罵騷擾，弄得另一名手語傳譯學員哭了。「這是全然陌生的傳譯環境，看起來很嚴肅沉重，但要時刻關注自己和臨牀心理學家的心理狀態，要給自己適量的放鬆，因為人人都會有情緒。」

李菁之死

這兩年世事紛擾，社運疫情接踵而來，社交平台湧現關注情緒的專頁。人們終於打開心中畏懼的櫃子，承認有捨拾碎片直面裂痕的需要，也重拾關愛小眾的意義。集體創傷餘波未了，疫情下人人戴上口罩，姚勤敏說：「口罩成

了情緒表達的交流障礙，基本溝通都很困難，我都成日『吓吓吓』，聽不清對話，又看不清表情，很容易混淆。有時會想，如果我連戴個口罩都感到挫敗，聾人從出生那刻每天遇到溝通障礙，有些更要讀唇，他們今天面對的挑戰更大。」

聾人精神健康問題，不是今天才有的事。

早在十三年前，李菁跳樓自殺事件已轟動全港，因為背後說的不止是自殺，而是社會謀殺。李菁自幼因病致深度聽障，後來冠以「聾人狀元」稱號，奮鬥經歷上過報紙頭版。她死時二十六歲，在遺書中形容自己是怪物，遺物中有個存放會考證書和獎狀的文件夾，封面畫有大交叉，寫上「垃圾」兩字。潘頌詩記得，她言談間也曾隱然透露需要情緒支援，無奈接受專業服務困難，健聽者生活體驗不同，未必明白她的心意，手語傳譯員難尋，防止自殺熱線也沒視像服務。

李菁殞落，引起社會巨大迴響，對姚勤敏的影響尤深。當時他既是她的老師，又是她的同事。那個年代，中心正籌備雙語計劃，初來乍到的她首次接觸手語，望着那些小朋友開小組，雙眼發亮地燦笑：「如果我成長的時候，有這樣的雙語環境，該會很不一樣。」

這一幕他銘記在心，明白聾人溝通障礙是不能逃避的問題，不面對，就會衍生更多問題，而舊有思維已不合時宜。他說着哽咽：「我們沒有忘記，跟許多人提起李菁，大家都很有痛心，叩問為什麼沒有好好栽培聾人的制度。這件事的影響力從沒離開過，只是未凝聚很多力量，但起碼多了人認識手語，令很多人意會到，聾人和精神健康之間有很大距離，香港需要發展。」

拋磚引玉

那十年間，手語漸漸在主流學校得到認可，有人從不同渠道說出聾人心聲，打好了基礎，現在又再踏出一小步。他們希望透過具體嘗試，開啓一扇門，協助建立本土聾人心理輔導模式，再帶到其他社福機構，如像播種。而下一步是運用集體智慧，聚集有心人共同豐富整個內容，也期望大環境改變，減低學習困難，減低家庭困難，增加手語傳譯員等資源配套，整個精神健康就會變好。

姚勤敏深信，要改變制度，沒有十年百載很難：「我們不期望一兩年可以改變整個制度，但不開始，就沒有改變。現在總算建立了基本模式，提出心理輔導需要傳譯，反對聲音該不會太多。」他慨嘆，如果十幾年前推出計劃，會是另一番景象。「這是對的時機，一切都是剛好。如果計劃成功的話，這是獻給李菁的。作為前師長，這是我想為她做的一點事。」

（上排左起）聾人老師潘頌詩、語橋社資義務董事姚勤敏、說書人創辦人李昭明、語橋資社市場營銷主任梁思穎（下排左起）香港中文大學手語及聾人研究中心研究助理廖凱瑜、語橋社資行政主任鄭綺婷

「如果我連戴個口罩都感到挫敗，聾人從出生那刻每天遇到溝通障礙，有些更要讀唇，他們今天面對的挑戰更大。」

語橋社資員工日常聊天，也會以手語交流。

語橋社資成立之初，是希望將手語和語言學研究的成果回饋社會，透過手語雙語這道橋樑，排除溝通障礙。

「與壓力共存」學習小組

口罩遮擋面容表情，阻礙溝通，因此大家會在治療室內戴上特製透明口罩。

語橋的中心張貼了不同海報，分享有關聾人的資訊。

賽後檢討！

治療室內的三角關係：手語傳譯員 × 臨牀心理學家 × 聾人

手語：情緒

手語傳譯員配聾人，是常識吧。臨牀心理學家配聾人，齊腳開心事台。那麼，三人行，聾人配手語傳譯員配臨牀心理學家呢？

這天傍晚，記者邀來一對手語傳譯員配臨牀心理學家，趕在她們約見聾人前，騰出兩小時做訪問。曾善榆今年六月修畢臨牀心理學碩士，到過社署及消防署等五地實習；胡歷恩過去四年擔任手語傳譯員，曾為立法會會議、機構活動、學術講課等場合做過翻譯。

聽來經驗老到，再加上「輕觸我心」半年密集式訓練，同場進駐心理治療室，理應無有怕。兩人卻戰戰兢兢的，儼如即將考試的新鮮人，怕聾人覺得自己唔識嘢，也怕翻譯時不慎出錯。她們解釋，以往手語傳譯甚少涉足精神健康範疇，心理學裏弱勢社羣也常被忽略。

聾人的內心世界，恍如未經開闢的荒蕪之地，但她們願意拓荒。

PROFILE

胡歷恩 (Kim)，畢業於香港中文大學語言學系，現為手語傳譯員，人權法碩士生。四年來曾在立法會會議直播、公眾諮詢會、學術講課、機構活動、媒體訪問等協助傳譯。

手語：錫自己

PROFILE

曾善榆 (Ella)，臨牀心理學家。畢業於英國赫爾大學獲犯罪學（心理學）學士學位、香港中文大學心理學（文學）碩士學位及臨牀心理學碩士學位。二〇二〇年加入說書人，希望消除大眾對精神病、情緒病的歧視、標籤和誤解。

心理治療室實況

每節心理治療的節奏較慢，平日一小時，現在兩小時起跳。聾人感到不自在的時候，可以按下按鈕，門外會亮起燈，讓職員知悉異樣。為尊重私隱，記者無法聽聾人的故事，於是我們在診治室內模擬真實情況。

健聽人的材料，以文字為主，而聾人長期浸淫在視覺世界，於是曾善榆在筆記加入圖像，令一切變得形象化。既要看圖表，又要看手語，豈不是分身不暇？她建議，先看圖在腦海建構概念，再看解說。首頁畫有循環圖，解釋負面情緒的來源，以及紓解方法。翻到後頁，她會印出時間線，在箭嘴上點出過去、現在、未來，再因應個別背景，標示不同人生大事，邊指邊用問題引導對方，比對不同時期的狀態，畫上「背包」意味重擔，「雨傘」代表保護。她又會用太陽和雨雲等天氣圖案，詢問對方不同場合的心情。到診斷時，對方須在火柴人身上，圈起感到不適的位置，然後仔細形容圓圈內的痛楚，如「頭痛得不能思考」、「胸口鬱悶難以呼吸」，讓她了解相應的身體反應。

治療完結後十五分鐘，二人會賽後檢討。但深入地梳理這段微妙的「三角關係」，倒是頭一回。胡歷恩溜動眼珠，表示抱着好奇的心態，聽「情敵兼隊友」曾善榆演說。整個對談氣氛輕鬆自在，說到共同困難時猛地點頭，談到有趣興起處激動大笑，互問盲點時，還是會發現新大陸。「除我以外在你心還多出一個人」的感覺到底如何？

將時間線和人生大事圖像化

手語傳譯員、聾人、臨牀心理學家。

用天氣圖案展示困擾程度

聾人案主圈起身體不適處

手語傳譯員協助釐清概念

解說思想、行爲、身體反應與情緒的關係。

對談：手語傳譯員 × 臨牀心理學家

明：明周 曾：曾善榆 胡：胡歷恩

手語翻譯員不止是傳聲筒

曾善榆原以為，廣東話轉換手語是直接翻譯，後來才知那並非單單語文、組織資訊上的差異，還牽涉到聾人世界觀。全新的感官體驗，讓她如進入另一個國度，得慢慢調適。胡歷恩點頭說，即使在聾人圈打滾多年，但事前很緊張，因為過程充滿變數，需靈活變通。

胡：傳譯員和案主之間的界線清晰，事前掌握的背景有限，還要臨場磨合手語風格。以前只需確保內容清晰完整，甚至不用同場出現，房間拍片也可。現在彼此距離親近，除了要傳譯得暢通外，還要盡力還原語速停頓、神情、小動作等表達方式，不能隨意梳理，因為語意重複混亂，也是有用的資訊，甚至連粗口，也要清晰交代出現次數。

曾：每次看到對方的動作神情，咁大氣、一顰一笑、提高語調、搵手指，我們都很警覺。但原來聾人皺眉喘氣未必是不開心，而是手語的一部分，就如義大利人言談間常用這個手勢（手指向上像抓鹽般靠攏）。加上經過翻譯會有時差，此刻的表情已不是即時反應。有時會疑惑，到底是語文問題，所以對方理解不到，還是他真的不想說。這提醒我要虛心學習，不要有前設，留意到細節就立即問或記下討論。

胡：我也不斷在儲棘手句子，手語的用字很具體，如廣東話「幾時」意思很廣闊，可以是時間、事件、情境，但手語要指明幾點、哪年哪日、星期幾。當健聽人旁敲側擊，聾人也未必接收得到。當你問「之後呢」，其實想問後續深遠的心理狀況，他們會誤解成接下來的動作反應，我會提供幾個例子，讓他們理解原本的提問。

明：會否擔心用字差之毫釐，謬之千里？

胡：最怕內容偏離原意。上課時接觸過不同精神病徵狀，但也要不停思考調整。在診治期間，情緒描述精準很重要，例如將「失落」誤譯成「傷心」，可能會影響診斷。手語很形象化，聾人的神情，很難分辨是語言特性，還是情感表達，很具挑戰性。自問未做到百分百準繩，但我相信，當你把對方視作有血有肉的人，就會感受到。

曾：心理學的確有堆專有名詞，但即使我和你理解的「抑鬱」，可能都不一樣。所謂精準是什麼？是符合字典形容，還是真切地感受對方的情感？對方可說是「藍色的感覺」、「南瓜的感覺」、「胸口鬱悶」、「哭到脫水」，讓我追問他何時有這感覺，拆解背後的所思所想。慢慢舒懷，就不會過分執着字詞本身，而是關心整個體驗。

三角關係的 Trust Issue

據政府統計處數字，超過十五萬人聽覺有困難，懂手語的少於四千人。手語傳譯員圈子更細，截至今年五月，社聯的《香港手語翻譯員名單》上僅有五十六名手語傳譯員，手語翻譯員與聽障人士比例高達1:3000，兩者大多有過一面之緣。以這期封面為例，受訪者們互相認識，記者的手語老師傳來簡訊驚嘆：「我同學同事朋友你都識埋！」正因如此，許多聾人寧可躲在暗角，也不願道出心事，是怕心理學家笑埋一份，也怕遭手語傳譯員爆料。她們說，要從源頭解決，就要建立牢固的信任。

胡：從事前安排到治療過程後，每一環都不能掉以輕心。爲了與時並進，我會從不同工作，學習男女老幼的手語，就算事前未認識，日後也有機會接觸。負責同事盡量不會配對認識的人，避免身份上重疊，否則會影響當刻溝通，甚至延伸至日常生活。到了現場，許多聾人知道我懂得手語，甫見面就自動波將人生故事娓娓道來。我會照看他表達，但必定會提醒他記得要直接講給你知。

曾：很欣賞你這樣做！我們要在行動上不斷告訴他們，我願意聽，但訊息不會流出。What happens here, stays

here. 若要討論，一定是爲了澄清語文。不過有朋友說，案主和手語傳譯員的聯繫好像更強，因爲我們無法直接溝通，全程他只會看你，就像你們在聊天，然後我是第三者。

胡：這是一個三角關係（笑）。如果兩個人沒信任作基礎，其實很難譯出，但我必須分清角色，每次發言時都得指向你，強調那些話不是我說的，轉而將注意力放回在臨牀心理學家身上。

曾：你試想像，兩個人情到濃時，單獨約會一定快過三人行，但跟談戀愛一樣，重點是讓對方感受到誠意。例如我和案主會坐得較近，就算你們四目交投，我也會看着他，靠着表情坐姿，讓他感覺到我的關注。心理學很重視「投契關係」（rapport），佔治療效果很大部分。手語傳譯員和聾人之間有信任很重要，我不會當你是快譯通，霸道禁止你們親近。因爲只要房中有人讓他不自在，他就不會舒暢地盡吐心聲。至於「哦」和「嗯」這些你有翻譯嗎？

胡：這種回應可以給予信心，所以他一邊打手語時，如果我留意到你點頭，就會做「明白」的手語。

曾：雖然你向我翻譯時，我回應的已是幾秒前的內容，但點頭的確會令對方感覺舒服。原來平日忽略的細微末節，也很重要。我會換上透明口罩，表情盡量誇張，露齒笑得特別用力，點頭特別明顯，但要留意不要做得特別多手勢，因爲在手語可能是另有所指。

先愛自身 才能照顧別人

曾善榆提醒胡歷恩，如果努力用不同方法提問後，還是一無所獲，就得停下，以免逼得對方太緊；有案主一旦頭痛就聯想起癌症，曾善榆以電話鈴聲響起就會想起媽媽作喻，胡歷恩提議，不如用較「聾人」的例子。心理治療，就是以人爲本。而手語傳譯員和臨牀心理學家自己，也先是一個人，然後才是專業人士。

胡：作爲精神健康手語傳譯員，從我口中說出的，都是生命故事。我要保持專業界線之餘，還要傳譯一個人內心最脆弱的部分，還不能投放過多情感，這是很獨特的角力。

曾：心理學家的專業就是，踏入治療室後，緊記案主對你的信任和期望，所有情緒都要撇開，記住自己爲什麼要入這間房。但手語傳譯員未經歷過，每個人遇到不同故事，若跟自身相似，或會觸動內心深處。審視過後，如果未準備好就不做。所以你難受時也不用勉強，識停才是尊重案主。如果感到緊張，我們便一起做靜觀。

胡：整個氛圍都很舒服，感覺很新鮮！你會放慢語速chok「靜觀聲」，不過沒理由粗獷地大喊「我們大家一起來呼吸」吧。有趣的是，在安靜的呼吸練習時，手語又怎樣chok「靜觀樣」，讓聾人看得舒服呢？怎樣在扭動間不騷擾對方之餘，又可以完全投入練習呢？

曾：聲音是我的主要工具，跟小孩說話，會特別高音和調皮，跟老人家就用乖女語調，靜觀時當然也要溫柔一點。起初擔心無聲無效，但其實還有很多事可以做，例如坐姿要舒服，動作速度要緩慢些。

胡：靜觀期間打手語，自己也會坐得放鬆點，一呼一吸，動作打得柔美。手語的風格很多樣化，時而粗魯，時而活潑，時而慵懶。例如「思考」的手語原本是指向太陽穴，我會改成攤開雙手，化爲雲隨風飄走。這種心如止水的感覺，讓對方凝視我的同時，不至於無法靜心，三方都會更投入。

曾：這是學無止境的旅程，尤其是剛起步，每一節都有進步空間。起初想同步學手語，方便直接溝通，但原來很難，先要理解聾人思維，打好基礎，再找適合他們的材料，已像多讀一個學位。學手語並非一朝一夕的事，就算不斷進修實習，也未必能靈活溝通。現階段只能用心做好本份，這方面就要交給阿Ham（手語傳譯員兼心理學家）了，哈哈！

整個對談氣氛歡快，兩人互相提出難處和建議，希望突破盲點。

胡歷恩認爲，三人之間的信任是治療關鍵，但要分清角色，在過程中不停提點案主，將注意力轉移至臨牀心理學家身上。

曾善榆認爲，爲聾人做心理治療極具挑戰性，得重新調整診斷和治療手法，因此必須虛心學習。

聾人主要憂慮

根據語橋社於去年八月的調查，近六成聾人（56.8%）不願意主動接受公共精神健康服務。原因包括，擔心私隱被洩露、擔心輔導人員不明白聾人需要、不知道如何清楚地表達需要、有傳譯員在場令他們焦慮不安、於輔導人員清楚交談時有困難、不肯定傳譯員能否把想法準確地轉達。

聾人？聽障？

「聽障（deaf）」從醫學角度出發，將焦點放在聽力上的殘缺；「聾人（Deaf）」則從文化角度出發，強調他們作為一個人的特質。聾人社羣有屬於自己的手語、文化、藝術、歷史和體驗世界的方法，更以此身份自豪。

手語傳譯員兼心理學家朱憫謙

在危樓崩塌前抱緊聾人的心靈

手語：謝謝

大學教室，一片寂靜。

高大男老師步入班房，一言不發，全程只用肢體語言，叫同學搬枱圍圈。那時正讀中大心理學系二年級的朱憫謙，首次接觸手語課，內心嘀咕這名老師真高傲。整堂課她一邊望着他做動作，一邊猜想，究竟他什麼時候才肯開口說話。在他的領導下，幾十個人比手劃腳，一來一往的，明明無聲卻絮絮不休，朱憫謙漸覺好玩，有股令人深陷其中而不知時日過的魅力。三小時轉眼過去，在揮手道別前，老師才指向雙耳，示意自己其實聽不見。她內心震撼：原來老師是個聾人。

朱君毅老師，是她當初第一個接觸的聾人。他生於聾人家庭，曾任職地盤工人、印刷工人，輾轉間獲聘為中大手語及聾人研究中心的員工，經過多年苦讀，最後修畢中大語言學學位，再攻讀碩士，成為手語老師。後來她又認識到不同的聾人朋友，這才知道撇除聽覺，聾人跟健聽人同喜同悲，也有自己的生命故事。

一個被視作興趣班的課堂，意外開啓了她的手語之門。當心理學遇上手語，如今她的目標是，直接用香港手語，為聾人做臨牀心理治療。

聾人身份認同

朱憫謙從沒想過，自己會不停轉換人生軌道。小時候她以從醫為志。升中六那個暑假，菲律賓發生馬尼拉人質事件，一家人全日圍住電視看直播，最後多人遭開槍射殺，血淋淋地映在眼中。她感到震撼痛心，同時暗忖，若有人陪兇手疏導情緒，有人願意傾聽內心憤懣，或許悲劇不會降臨。站在選科交叉點，她想起讀醫以外，還可讀心理學，治療心靈的傷。

十多年過去，社會的傷口仍在滲血，悲劇不停上演。聾人是其中一個重災區，躁動靈魂被囚禁軀體裏，吶喊得再大聲，連自己也聽不到，跳進大世界更沒回音。她聽過許多聾人說，不知道自己是誰。當年鬧哄哄的李菁自殺事件，她品學兼優，但健聽人笑她聽不見，聾人斥她不打手語。一個靈魂的消亡，是因身份無處安放，溺在水裏找不到浮木。

大四那年的論文，朱憫謙以聾人身份認同與微歧視的關係為題，埋首書堆，再嘗試以問卷和訪問，深入聾人世界。所謂微歧視（Microaggression），即是出於無心的冒犯，輕柔得難以察覺，卻烙印在心。最終發現，具有愈強的聾人身份，愈會對微歧視敏感，同時有更多資源抵銷精神壓力。「每次傳媒都大肆報道，為聾人狀元冠上光環，殘疾人士出戰比賽是生命鬥士，聽起來是讚賞，但背後的潛台詞，是否認定他們沒能力呢？」

想當初她對聾人的認識也很片面，只知是殘疾人士，需要幫助。學手語，亦非源於驚天動地的使命感，純粹有趣。後來她發現聾人有能力教她，畢業後加入語橋社資，跟聾人共事，更發覺他們除了聽覺，滑浪籃球潛水做書烹飪

手工書法樣樣精。「不是因為他們是聾人，所以識什麼都叫勁，而是他們真的多才多藝。」她曾協辦「手語遊樂園」活動，讓聾人在靜默環境下，教煮菜、做工藝品。有次導師教健聽人炮製韓式飯卷，材料切粒，紫菜上鋪平白飯，包餡捲起按壓，大家看手語照辦煮碗，製成品似模似樣。

不是新聞 是一個人

跟聾人相處過後，她不再着眼於對方的能力，而是立體的成長故事。聾人不只是冰冷數字或新聞，而是活生生的一個人。

「從前以為聾人心理很獨特，但其實聾人跟健聽人一樣都需要愛，需要連結，需要尊重，需要安全感，需要學習。只是他們在滿足需要的過程中，面對更多挫敗，令精神健康變壞。」九成聾人都出生於健聽家庭，在原生家庭雞同鴨講，已是災難，何況出到學校社區，路就更難行。她舉例，身邊有聾人朋友被大學取錄，但因為沒有手語翻譯，追不上課程而退學。

崎嶇的成長路，很影響世界觀。一名弱聽朋友，獲家人送贈高級的人工耳蝸，旁人稱羨，唯獨他自己困在內疚的漩渦，自責老是聽不見，因聾而花光家裏的錢，不知自己是否值得擁有。她訝異：「我們做倡議工作的，聾人有耳機有手語，便是好。但近看活生生的人，聽他們的故事時，原來很多細微的洞無法修補，而這些痛楚，你再無法輕描淡寫。」雖然也遇過很有自信的聾人，在她眼中，很多聾人都不喜爭執，有事寧願吞聲忍氣，受情緒困擾的怕被笑，願意自救的卻又求助無門。

未解之謎

聾人見臨牀心理學家的日子，就是罰抄的日子。她說，歸根究柢是前線人員的聾意識薄弱。「望到有聾人來，不知怎樣相處，肯找幫手，已算不錯。但現在情況是，很多專業人士會說『我只說廣東話，我們書寫溝通吧！』」聾人教育不完善，就算讀完中四，語文僅小四程度。手語和書面語直接轉換，容易語法倒置。她聳聳肩輕笑：「到底寫字溝通是聾人需要，還是健聽專業人士的需要？作為服務提供者，是否應該視乎對方需要，找相應人員幫手，才最平等地使用服務，促進溝通？」

她在書中尋找啟發，但有關聾人心理的中文書，翻來翻去也只找到兩本。好動的她本來想做歷奇老師，但發現香港聾人缺乏支援，於是想結合心理學和手語，為聾人直接提供治療。她覺得直接對話、觀察即時反應和調節方法，彼此關係會建立得更好，治療更適切。往後兩年，她積極裝備自己，報讀手語傳譯專業文憑課程，實習時試過醫療、教育、公司會議、教會等場景。「這是重要里程碑，代表能夠接觸更多聾人，解構聾人思維，多用視覺角度描述畫面。」

那恍如無涯的海。聾人的情緒病呈現方法略有不同，聾人幻聽，是指看到有人在面前打手語，容易跟幻覺混淆。抑鬱症包含九個病症，健聽人患者會感到「無用」及「想死」，而聾人患者診斷時，通常只能道出肉體不適，而說不出情感缺口。聾人最常被誤診為自閉症，但他們之所以缺乏情感互動，很多時源於語言剝削。

除了成長背景，心理治療講求行為觀察，但一般專業人士難以分辨手語空間與活動幅度，到底是語言習慣，還是處於激動狀態。時間線混亂，重複表達，是思維異常？聾人的表情是語言特徵，還是情緒？有外國研究指出，韻律特徵（Prosodic features）和情緒，會因應手語詞彙，散落臉上不同部分，但香港還是未有相關參照。她覺得，日後需要靠心理學家、手語傳譯員、聾人手語傳譯員、手語語言學家的跨專業團隊提供意見。

新治療方法

她說，我們需要的，或是更多的想像。

香港的臨牀心理學家，現時主要採用傾談治療（Talk Therapy），以語言對話作為媒介。「很多時需要認知功能概念，要求不停回溯當時的思想。例如在情緒取向治療（Emotionally Focused Therapy）中，手語並非沒有『沮喪』、『傷心』等字眼，但要時光倒流，聯想到當刻的感覺，抽象地描述，聾人認知功能概念較弱，效用成疑。」

記者想起，每次上手語堂就像玩大電視，先做肢體語言，後揭曉真正打法。有一回教交通工具，謎底是「的士」

，於是佯裝握軚盤和快速前進，豈料老師搖手說不，着我一人分飾兩角，先遞手截車，再跑到「車內」扮司機握緊軚盤，轉而化身乘客上車，然後歸位駕駛座蓋掉咪錶（手語是伸出食指和拇指成C狀，逆時針轉成拱形）。輪到下個，老師坐着示範，雙手朝下微拱震動，意味感受到搖晃；左手前臂托頭，右手向內猛搥，代表行駛時陣陣涼風。答案是電車，幾個同學面面相覷，懷疑自己在上演戲班。

朱憫謙大呼有趣，表示健聽人常形容對事物的既定認知，但聾人偏向重臨現場，描繪當刻的親身體驗，由是提出參考外國的心理戲劇治療（Psychodrama）。心理劇由奧地利精神科醫生雅各布·莫雷諾（Dr. Jacob Moreno）創立，透過場景設置和演繹角色，展現潛藏的想法。「手語特性是會角色轉換，心理劇正好善用語言特點，重塑不同處境，觀察語氣神情，設身處地問聾人當刻的反應？為什麼會講這一句？換個方法去做會怎樣？具體說故事之餘，尋找心理困擾的根源，也訓練日常社交。」

沙遊治療也有異曲同工之妙。她說，聾人是視覺動物，準備一大盤沙，讓案主在房內拿物件，隨意放在沙上，就可具體呈現內心角力。過程中，臨牀心理學家會詢問擺放原因，在安全環境下，一步步了解他的潛意識。

出一分力

「我們希望砌新磚塊上去，但聾人精神健康就像是一座危樓，下面原來什麼都沒有。」她認為，香港手語傳譯員缺乏監管，沒道德操守指引，也未見考試註冊制度，質素良莠不齊。去年年初，更有傳譯員涉嫌慫恿聾人認罪，威脅安危。觀照外國，美國鼓勵健聽人學習手語傳譯，也訓練聾人成為心理學家及輔導員。「最希望的當然是看到聾人心理學家，活在同一個社羣，成長經歷相似，最能帶着同理心對症下藥。」但正因香港對聾人支援不夠，她更會叩問，自己會否可以出一分力呢？

全港首名直接用手語做治療的臨牀心理學家，成為了她的終身志業，看起來是個跨文化的浩大工程。現階段她會磨練臨牀心理學技巧，同步了解手語和聾人羣體。眼見有份籌備的精神健康計劃剛上軌道，她笑說：「這趟路程路途遙遠，或許要花十年，甚至以廿年計。不知道將來的發展會是怎樣，但把握現在，善用資源，跟同伴盡做，那便是心安理得。」

她發現，市面上缺乏有關聾人心理學的中文書籍，僅有的內容也不太深入。

「我們希望砌新磚塊上去，但聾人精神健康就像是一座危樓，下面原來什麼都沒有。」

《我的聾人朋友》收錄了八位聾人和弱聽人的故事，讓她更了解他們的內心世界。

後記

曾經以為，手語是唯一一根鑰匙，只要緊握在手，就能通往聾人緊閉的內心。但原來所謂「溝通到」，並非單單在說言語相通。比起語言，更重要的是同理心和尊重，願意進入彼此的世界。

不論聾人還是健聽者，世界無聲或有聲，都有傾訴心事的權利。每完成一個訪問，記者都邀請受訪者想一句手語，鼓勵或安慰身邊的人。

「我愛你」、「錫自己」、「平等」、「連結」、「放鬆」、「與你同行」。送給你，也送給我們。