

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。

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。





賽後檢討！



手語：情緒

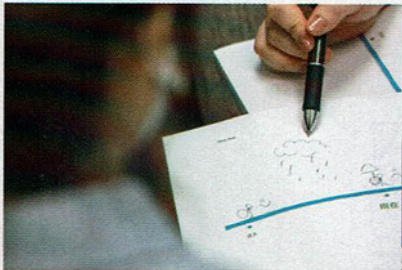
治療室內的三角關係：  
手語傳譯員×臨牀心理學家×聾人

#### PROFILE

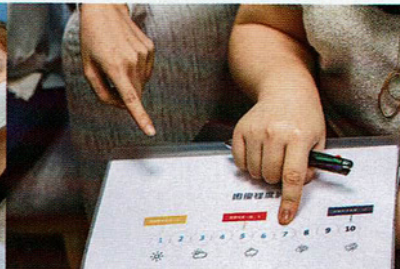
胡歷恩 (Kim)，畢業於香港中文大學語言學系，現為手語傳譯員，人權法碩士生。四年來曾在立法會會議直播、公眾諮詢會、學術講課、機構活動、媒體訪問等協助傳譯。



將時間線和人生大事圖像化



手語傳譯員、聾人、臨床心理學家。



用天氣圖案展示困擾程度

### 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。

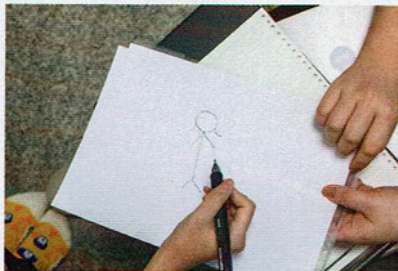
健聽人的材料，以文字為主，而聾人長期浸淫在視覺世界，於是曾善榆在筆記加入圖像，令一切變得形象化。既要看圖表，又要看手語，豈不是分身不暇？她建議，先看圖在腦海建構概念，再看解說。首頁畫有循環圖，解釋負面情緒的來源，以及紓解方法。翻到後頁，她會印出時間線，在箭嘴上點出過去、現在、未來，再因應個別背景，標示不同人生大事，邊指邊用問題引導對方，比對不同時期的

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。

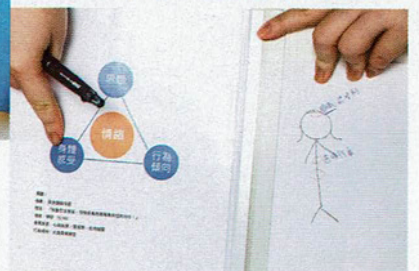
治療完結後十五分鐘，二人會賽後檢討。但深入地梳理這段微妙的「三角關係」，倒是頭一回。胡歷恩溜動眼珠，表示抱着好奇的心態，聽「情敵兼隊友」曾善榆演說。整個對談氣氛輕鬆自在，說到共同困難時猛地點頭，談到有趣興起處激動大笑，互問盲點時，還是會發現新大陸。「除我以外在你心還多出一個人」的感覺到底如何？

手語傳譯員協助釐清概念

聾人家主圈起身體不適處



解說思想、行為、身體反應與情緒的關係。







整個對話氣氛歡快，兩人互相提出難處和建議，希望突破盲點。

## 對談： 手語翻譯員 × 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，讓她如像進入另一個國度，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，啱大氣、一顰一笑、提高語調、撼手指，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確，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。為了與時並進，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，一定是為了澄清語文。不過有朋友說，案主和手語傳譯員的聯繫好像更強，因為我們無法直接溝通，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。因為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。

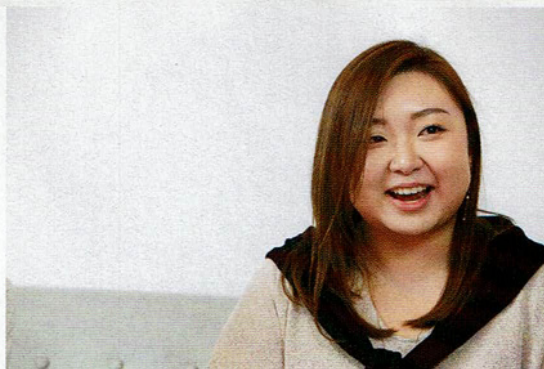
**曾：**雖然你向我翻譯時，我回應的已是幾秒前的內容，但點頭的確會令對方感覺舒服。原來平日忽略的細微末節，也很重要。我會換上透明口罩，表情盡量誇張，露齒笑得特別用力，點頭特別明顯，但要留意不要做得特別多手勢，因為在手語可能是另有所指。



胡歷恩認為，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。



曾善榆認為，為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。



## 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，就是以人為本。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：**作為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，記住自己為什麼要入這間房。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，化為雲隨風飄走。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！

## 聾人主要憂慮

根據語橋社資於去年八月的調查，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：謝謝

## 在危樓崩塌前 抱緊聾人的心靈

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，意外開啟了她的手語之門。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？」

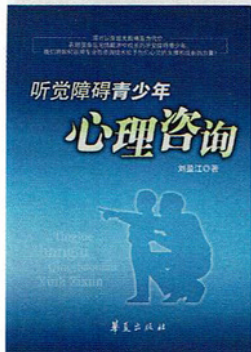
想當初她對聾人的認識也很片面，只知是殘疾人士，需要幫助。學手語，亦非源於驚天動地的使命感，純粹有趣。後來她發現聾人有能力教她，畢業後加入語橋社資，跟聾人共事，更發覺他們除了聽覺，滑浪籃球潛水做書烹飪手工書法樣樣精。「不是因為他們是聾人，所以識什麼都叫勁，而是他們真的多才多藝。」她曾協辦「手語遊樂園」活動，讓聾人在靜默環境下，教煮菜、做工藝品。有次導師教健聽人炮製韓式飯卷，材料切粒，紫菜上鋪平白飯，包餡捲起按壓，大家看手語照辦煮碗，製成品似模似樣。

### 不是新聞 是一個人

跟聾人相處過後，她不再著眼於對方的能力，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。

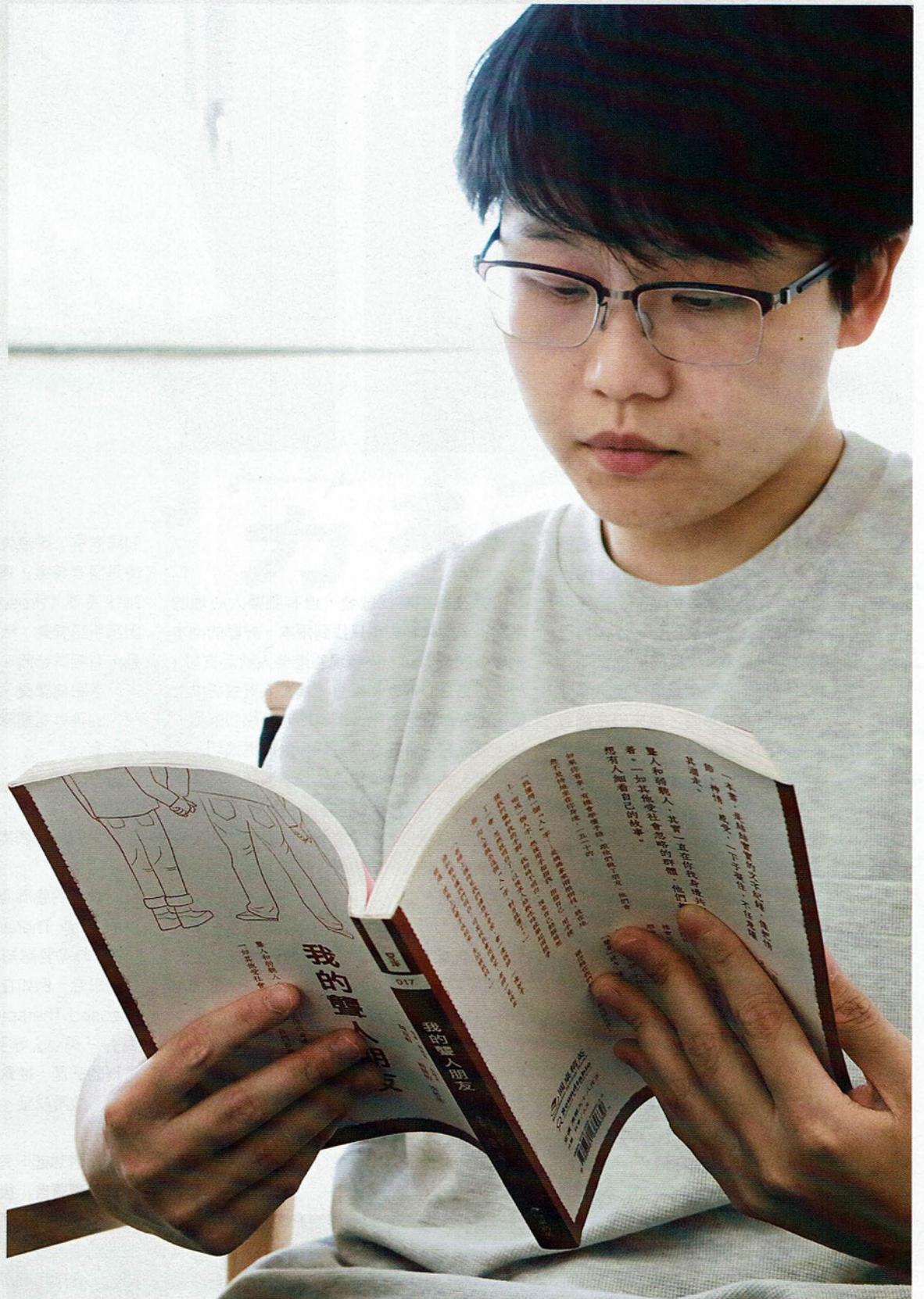
「從前以為聾人心理很獨特，但其實聾人跟健聽人一樣都需要愛，需要連結，需要尊重，需要安全感，需要學習。只是他們在滿足需要的過程中，面對更多挫敗，令精神健康變壞。」九成聾人都出生於健聽家庭，在原生家庭雞同鴨講，已是災難，何況出到學校社區，路就更難行。她舉例，身邊有聾人朋友被大學取錄，但因為沒有手語翻譯，追不上課程而退學。

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。







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，自責老是不聽不見，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，歸根究底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，才可最平等地使用

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，先遞手軚車，再跑到「車內」扮司機握



# 勁



# 驚



緊軟盤，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，右手向內猛搗，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，更有傳譯員涉嫌恣意聾人認罪，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。」

## 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「溝通過到」，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。▶