

描繪日常 細膩故事帶來溫暖 疫中作畫 一點一逗療癒人心



【明報專訊】百年一遇的疫症，令戴口罩、勤洗手、搶購防疫物資與生活用品、在家工作等成為全香港人的共同經歷，有本地創作人以漫畫和插畫形式，描繪疫情下的眾生相，畫風或溫柔療癒，或嬉笑怒罵，細看這些作品，讓大家會心微笑之餘，也有機會用另一角度看世界，帶來不同反思。



社企說書人（StoryTaler）在2015年成立，透過facebook專頁、舉辦不同工作坊和故事分享，推廣精神健康，消除大眾對精神病或情緒病的誤解和污名。團隊成員去年底在Instagram開設「點與逗Dim & Dull」的帳號，以說書人的吉祥物阿點和阿逗為主角，創作了一系列漫畫故事，目的與說書人的宗旨同出一轍。創辦人及註冊臨牀心理學家李昭明（Amanda）和團隊成員Veron等人負責撰寫故事，經過內部仔細討論和修訂，之後再交由另一成員阿冰將故事內容畫出來。阿冰說：「其他成員會建議放什麼元素進去，我則會考慮要怎樣呈現。大部分時間是在考慮怎樣讓漫畫看上去更舒服，以及更加緊扣故事內容。」



勾勒微細時刻 反思相處模式



阿點和阿逗，其實就是組成標點符號分號的圓點和逗號，作用是扣連兩個同等重要的句子；而其英文譯音Dim和Dull，又可解釋為黯淡，有寂寞孤單的含意，但走在一起卻可互相陪伴和聆聽，為彼此帶來溫暖和光亮。

Amanda解釋：「透過阿點阿逗的對話和相處，呈現我們真實的生活經歷，勾勒出一些微小時刻，讓大家想想自己和朋友聊天時有沒有留意對方的情緒，自己會否說了些否定對方的話，從而帶出不同相處模式的可能，反思精神健康和反精神病污名的議題。透過這些故事，我們可以和阿點阿逗一起學習和嘗試，一起成長。」

「點與逗Dim & Dull」近期的帖文大多和疫情下的生活有關，擔任IG編輯的Veron說：「這段時間因為新冠肺炎，大家在經歷相同的事情，可能也會有相同的情緒。我們希望將這些共同經歷用圖片和文字形式表達出來，帶給大家安慰，你並不孤單，有這些感受也是人之常情。」她以自己前段時間因為疫症而害怕出門一事為例，把這個經歷寫下來，變成阿逗用擁抱安慰阿點的故事。Amanda補充，如何面對不同的情緒，如何給予朋友支持，這也是說書人團隊希望大家可以和阿點阿逗一起學習的東西。

故事來自真實生活 易生共鳴

阿點和阿逗的故事細膩溫柔，予人療癒之感。Amanda指出，這是因為當中的故事都來自真實的生活經歷，所以讀者看完有「有人明白和接納自己」的共鳴感。說書人團隊部分成員接受過心理學或臨牀心理學訓練，會否刻意用心理學技巧？Amanda覺得有心理學知識的確有影響，但他們無意用任何心理學技巧營造療癒效果。「我關心別人不是因為我學了什麼技巧，而是純粹想對方快樂、安好，所以自然想更了解對方。」她覺得團隊的風格就是這樣，大家注重精神健康，所以對情緒和細微的對話比較敏感，而他們思考更多的是：什麼文字和故事內容可以帶給讀者什麼感受和思考角度。

負責繪畫的阿冰提到，因為她是心理學畢業，加上團隊十分重視多元，所以畫畫時也會提醒自己不要將性別的刻板印象畫進角色中，例如雖然阿點性格溫和，但她畫畫時會避免把阿點的形象更女性化。「其實不只是性別，我也會嘗試不要讓原本的人物設定，去定位阿點和阿逗的每個行為，因為一個人不是一個形容詞就能概括。」例如當收到關於照顧他人的故事，阿冰會提醒自己不要先入為主，不一定要畫成是性格溫柔的阿點在照顧阿逗，其實阿逗也有柔情的一面，會去照顧阿點。

■點與逗Dim & Dull / 說書人StoryTaler

Instagram : [instagram.com/dimdull](https://www.instagram.com/dimdull)

facebook : [facebook.com/storytaler.hk](https://www.facebook.com/storytaler.hk)

文：李榆佳

編輯：王翠麗

電郵：feature@mingpao.com