



聾人精神健康 | 聽障者身心理易受挫！6成人不願尋求協助、NPO推「聾人精神健康計劃」望大眾關注

健康生活

編輯：Yuuki @ Medical Inspire

May 18, 2023



聾人精神健康 | 非牟利慈善機構「語橋社資」與「說書人」聯合推出聾人精神健康計劃，為香港聽障人士建立跨專業「手語雙語精神健康服務模式」，並以臨床經驗為基礎撰寫《專業人士指引》供公眾及專業人士免費下載，望導引精神健康界別的專業人士關注聾人群體的文化，以向其提供更適切治療。

撰文：Yuuki@Medical Inspire 醫·思維 | 圖片來源：acworks@Photo AC、GBALLGIGGSPHOTO@Shutterstock、Bangkok Click Studio@Shutterstock、日劇《silent》劇照、《無聲》劇照 | 資料來源：香港中文大學

聾人精神健康 NPO推「聾人精神健康計劃」，望引導專業人士關注聾人群體精神健康

由香港中文大學「可持續知識轉移項目基金」支持下成立的獨立非牟利慈善機構

「語橋社資」與香港中文大學心理學系麥穎思教授及臨床心理學家李昭明共同創辦的團體「說書人」在2021年聯手推出「輕觸我心」聾人精神健康計劃，務求可跨專業地發展出手語雙語精神健康服務模式，讓不論用口語還是手語的聾人、弱聽人士及其家人得到全面的精神健康支援服務，包括臨床心理評估及治療服務等。



語橋社資創辦人及董事姚勤敏先生（左）；
臨床心理學家曾善榆小姐（中）；
聾人手語傳譯員潘頌詩（右）。

計劃實行至今，參與計劃的臨床心理學家、手語傳譯員及社會服務專業人士整合了過往2年的研究和實務經驗，撰寫並推出全港首份《聾人及弱聽人士精神健康服務：專業人士指引》，供公眾及專業人士免費下載，冀能為精神健康服務界別提供實用的工具及技巧，讓各界別人士能向聾人或弱聽人士提供更適切的服務。

聾人患上精神障礙的比率較健聽人高2至3倍，卻有近6成受訪者不願尋求專業協助

據早前世衛的報告指出，2019冠狀病毒病使全球抑鬱和焦慮症患病率增加約25%。醫管局最新的數字亦顯示，截至去年12月31日推算，整體患有抑鬱症的個案連續4年出現上升，在2019至2022共3個年度，分別有5.9萬、6.1萬以及6.5萬抑鬱症患者。2022至2023年度，人數更上升至6.6萬人，相較於2018至19年度的5.6萬人，增幅接近18%。除此之外，有研究表示，聾人患上精神障礙的比率多達60%，較健聽人高出2至3倍。惟語橋社資在2020年訪問了196位聾人及弱聽人士，卻發現

56.8%的受訪者均不願意在出現情緒困擾時尋求專業協助，或接受公共精神健康服務。

- [毛孩家居該如何選擇安全適當的家居清潔劑？專業獸醫為你拆解寵物家庭的消毒難題](#)



語橋社資指近6成患精神障礙聽障受訪者不願尋求專業協助。

聾人或弱聽人士與健聽者有著文化差異，以致他們在接受心理輔導存在憂慮

語橋社資指出，因著聾人或弱聽人士在文化上與健聽人士多少存在著差異，不少受訪者對於接受心理輔導有著不同憂慮，主要包括：對私隱外泄的憂慮，因聾人社群圈子較少，擔心私隱容易被傳開；對溝通上的憂慮、不同聽障人士皆有著自己的溝通方式，可包括手語、手勢、表情、唇讀、口語或其他多種方法，有受訪者擔心可能無法有效地與心理學家溝通；對於手語傳譯員未有精神健康傳譯的培訓，可能會導致傳遞的訊息有誤的憂慮；也對健聽而精神健康的專業人士可能會對聾人的理解有限而存在著憂慮等。加上社會對於聽障人士精神健康的資訴推廣不足，不少聾人及弱聽人士也對於心理健康的服務缺乏了解。



部份聾人及弱聽人士認為健聽專業人士對聾人的理解有限。(日劇《silent》劇照)

有見及此，以語言學研究和前線服務經驗為基礎，發展各項手語及口語雙語培訓的「語橋社資」及推廣精神健康，以消除對精神病、情緒病的歧視、標籤和誤解的「說書人」在2021年啟動了「輕觸我心」聾人精神健康計劃，聯繫精神健康專業人士、手語傳譯員和聾人及弱社群，並促進了三方的互相了解和合作，提供一系列針對聾人及弱聽人士需要的精神健康服務。

聾人精神健康計劃為聽障人士提供臨床心理治療服務

在2021至2022年的2年期間，計劃中的臨床心理學家為43名聾人及弱聽人士以及8名其健聽家人提供了臨床心理治療服務。而參與的手語傳譯員則均經過60小時的「精神健康手語傳譯培訓」，並為有需要的服務使用者提供即時手語傳譯服務。



語橋社資與說書人啟動「輕觸我心」聾人精神健康計劃，為聾人及弱聽人士提供精神健康服務。

計劃中，先會以視像形式與聾人或弱聽人士進行溝通，預先了解聾人或弱聽方式的溝通方式，例如所用的手語類型等，並向其解釋他們的自主權包括可以停止使用服務與選擇保密的權利，亦會向他們表明專業人士的身份和專業操守，例如會將服務內容保密等，提高使用者的信心和對心理健康服務的認知。在聾人及弱聽人士會面心理學家時，服務員工亦會與服務接受者解釋並制定方式，包括在外是否主動打招呼以保護隱私等，並配合不同的支援硬件作為輔助工具，例如即時字幕，確保聾人及弱聽人士在接受服務的過程中可以找出和學習讓自己放鬆的方法。在會面後，傳譯員與心理學家亦會進行檢討，以為使下一次的會面作出更適當的調整。

計劃有效提升聾人或弱聽群體的焦慮及抑鬱之治療效果

對比了服務使用者在接受服務前後的焦慮及抑鬱數據，結果顯示了他們在接受到平均5.51節的治療後，平均焦慮指數由10.22分降至5.92分；平均抑鬱指數則由11.86分降至6.90分。兩者均由中等程度（10-14分）降至輕微程度（5-9分），反映了計劃的臨床心理治療服務能有效地配合聾人或弱聽群體的需要，達至顯著治療效果。因著計劃即將完結，受服務的聾人或弱聽人士會隨著個人需求而作出後續安排。



語橋社資發現計劃有效提升聾人或弱聽群體的焦慮及抑鬱之治療效果。

團體推出《聾人及弱聽人士精神健康服務：專業人士指引》

語橋社資和說書人以過往2年的臨床經驗為基礎，推出《聾人及弱聽人士精神健康服務：專業人士指引》，可供公眾及專業人士免費下載。內容包括了講解對於香港不同聾人及弱聽人士的溝通需要、與健聽人士在文化上的差異，及其在家庭和社會中成長時常見的困難等；其中亦介紹了服務聾人及弱聽人士時的技巧，例如座位的安排、廣東話與香港手語的選詞用字，及如何與手語傳譯員合作達致更佳治療效果等。語橋社資和說書人指出，希望《指引》可以把概念帶至其他專業團體及政府部門，讓精神健康界別的專業人士關注聾人群體的文化，成為服務提供者的資源和導引，使其更了解聾人和弱聽服務使用者的需要和經歷。

Subscribe to Medical Inspire Telegram for instant news and information :

<http://bit.ly/2sm3Zve>

Subscribe to Medical Inspire Youtube channel for professional medical information :

<http://bit.ly/2Fd1JPu>

弱聽人士 心理輔導 抑鬱症 焦慮症 精神健康 聽障者 聾人