

口述史

守護記憶： 民間口述歷史指南



目錄

目錄	1
為何有這本指南？	2
一、 什麼是口述歷史？	3
二、 為何要做口述歷史？——口述歷史獨有的價值	4
三、 如何準備口述歷史訪談？	5
四、 訪問及內容記錄技巧	10
五、 訪問後文字整理及紀錄定稿	14
六、 口述歷史訪問及其保存需顧及的法律及道德考量	16
七、 口述歷史紀錄的保存及日後存取	17
八、 結語及參考資料	18
九、 附錄：口述歷史計劃受訪及錄音同意書示例	20
十、 鳴謝	23
十一、 版權	24

為何有這本指南？

「婆婆，你細個時嘅香港係點嘍？」(你小時候的香港是怎樣的？)、「老豆，你當年係點樣識到阿媽嘍？」(爸爸，你當年是怎樣認識到媽媽的？)。其實，我們在日常生活中，出於好奇，都經常會問年長一輩他／她們的過去，這些都算是一種口述歷史實踐，所以口述歷史，可說是我們很多人日常生活的一部份。

不過，能有助我們真正了解過去的口述歷史訪談，並不是如閒時聽老人家「話當年」，那麼簡單。真正的口述歷史訪談，是有章法有準則的。所以，我們綜合了多個口述歷史研究者及機構所分享的知識及經驗，製作了這本入門指南，令有志於做口述歷史的各位，能知道如何開展及做好一個口述歷史計劃，為自己所屬的群體—可以是家庭、家族、母校、公司、社團、社區、社群以至社會等，留下紀錄，以保存對過去的記憶，重構歷史，啟迪後人。

一、 什麼是口述歷史？

「口述歷史是訪問過去事件的親歷者，以重構歷史。」(“Oral History is the interviewing of eye witness participants in the events of the past for the purposes of historical reconstruction.”)¹，這是前美國哥倫比亞大學口述史研究辦公室總監 Ronald Grele，為口述史所下的定義。因此，您的中學歷史科老師，所講述的孫中山推翻滿清的歷史，並不是口述歷史，您戰後出生的父母經常對你說，他們的父母（即你的祖父母）生前如何經常訴說日本佔領香港時的慘況，但您父母之言不是有關日佔香港的口述歷史。因為口述歷史的受訪者，必須是該過去事件的親身經歷者。

「準備充足的訪問者，向受訪者提問，並用錄音或錄影設備，將訪問時的對話紀錄下來」，這是 *Doing Oral History: A Practical Guide*（中譯版：《大家來做口述歷史》）的作者，美國口述史學者 Donald Ritchie 所說的²。本入門指南，就是令大家知道，如何做到「準備充足」，提問時又有什麼要注意，在錄音或錄影後，該等紀錄又該如何處理保存。

¹ R. K. Grele, 'Directions for Oral History in the United States', in *Interdisciplinary Anthology*, ed. D. K. Dunaway and W. K. Baum (2nd edition, 1996), p. 63

² Donald A. Ritchie, *Doing Oral History*, (New York: Oxford University Press, 2002), p. 1

二、 為何要做口述歷史？——口述歷史獨有的價值

選擇看這本指南的您，都應該已意識到口述歷史的價值所在。不過，本指南仍會一一列出口述歷史獨有的價值如下，以令大家更深入而全面地了解為何要做口述歷史：

1. 了解現存史料（如政府刊物、解密檔案、舊報紙雜誌等）沒有多大記載的人、群體（如黑幫成員、性工作者等）、組織（如已停止運作的政黨內部情況）、事件（如1989年6月7日凌晨旺角所發生的騷亂），以及當事人對其所涉事情之觀點及看法。
2. 口述歷史訪問以個人為本：歷史由眾人共同創造，所謂「眾人」，其實是由一個又一個獨特的個人所組成。藉著深度訪問，可了解現存史料沒有（或很少）觸及的歷史部份：各個事件參與者的第一身經歷、他/她參與事件的個人動機、當時的情緒及感受、她/他的成長環境、日常生活及人際關係等。
3. 搶救歷史：一些當事人已經年事已高，再不做訪問，他/她們即使日後仍在世，也會因為記憶衰退健康轉壞，再不能接受口述歷史訪問。
4. 以多媒體方式紀錄歷史：令歷史除了有文字紀錄外，還有當事者的聲音、影像紀錄，更容易吸引大眾的注意，有助推廣和普及歷史知識。
5. 口述歷史有助人們切身地了解自己家族、社團、社區、社群及社會的過去，能培養其對所屬群體的歸屬感及身份認同。
6. 更了解上一代的經歷及看法，促進代際互相了解，甚至有可能促成代際和解（如不再互相指責對方是「廢青」及「廢老」）。

三、 如何準備口述歷史訪談？

1. 選擇主題及受訪者

一般而言，口述歷史的題目有幾類：

- 家族史：例如你自己祖父或祖母的個人歷史；
- 人物史：例如某一個政治人物的口述歷史；
- 社群史：可以是一個特定群體，如自己那間已關閉的母校師生之口述歷史，或一條即將重建公共屋邨的老居民口述史，或 2019-23 年間香港區議會議員口述史；
- 社會史：可以是一個時代之一件或一連串社會事件或社會現象的口述歷史，如 1970 年代香港學生運動的口述史、或 1980-90 年代觀塘市中心無牌小販口述史等。

題目大小不拘，但最重要的，是要夠具體，這樣我們才能選定目標受訪者。

在選定目標受訪者時，可能需要在網上或到圖書館或檔案館，決定目標受訪者的名單，如自己母校的歷任校長、教師是誰；如 1970 年代香港學運中有哪些重要參與者，他 / 她們是否還在世等。之後，就是想辦法以各種途徑來聯絡那些目標受訪者。若目標受訪者能提供其他史料（如已出版回憶錄等）沒有記載的資料，而且在日後不可能再受訪（如過於年邁），就應優先訪問他 / 她們。

2. 考慮道德風險

若訪談過程及其出版公布，可能令目標受訪者有嚴重心理創傷，或造成其重大人身安全風險，就要考慮如何調整訪問計劃的執行細節，如是否讓受訪者使用假名，訪問的出版時間及地方，選擇更安全的地方保存訪談紀錄等，以在保存歷史與保護目標受訪者間取得平衡。

3. 取得受訪者信任

這是口述史訪問賴以成功的基石，否則沒有人會應邀受訪，即使願意受訪，也不會說真話及提供重要的資料。要取得目標受訪者的信任，首先要介紹訪問員的身份，以及你的口述歷史訪問計劃之目的——想藉訪問知道些什麼？訪談用於什麼用途（如做學位論文、出版物等）？訪問錄音或/及錄影紀錄會由哪人/哪機構保存？何時會部份或完全公開等。同時，亦須清楚向目標受訪者解釋他們的權利——他/她有權在訪談紀錄定稿並面世前審閱該紀錄，他/她有權在特定日期前完全退出口述歷史計劃，訪談的所有紀錄也將鎖毀。

為讓受訪者清楚了解自己的權益及安全如何受到保障，以及列明訪問員與口述歷史計劃負責人的權利及責任，宜設計一份受訪同意書，以供受訪問者填寫及簽署作實，以確定雙方的權責。本指南特將受訪同意書的樣本示例，放在本指南最後頁的附件中，以供各位參考應用。

4. 安排受訪時間及地點

與受訪者商定訪問日期及具體時間，最好也事前商定訪問可以維持多久。

訪問地點，必須是受訪者與訪問員都覺得是安全、安靜、舒適的，受訪者可以暢所欲言，而訪問員亦可以清楚聽到受訪者的說話，並將之以錄音/錄影設備全情紀錄下來。所以，公眾地方如咖啡室、餐廳、公園等，並不是進行口述歷史訪問的理想地方。相較之下，受訪者自己的地方，如其居所、辦公室等，最為理想。若受訪者自己的地方環境不理想，訪問員亦可以考慮使用自己的辦公室或其他安全安靜的地方，進行訪問。

5. 先對受訪者的個人履歷及其時代背景做研究

先盡量了解該受訪者的背景及履歷，尤其是其背景及履歷中與你的口述史計劃主題有關的項目。例如若你的口述史計劃主題，是 2010 年代香港本土運動史的話，當你訪問一位前香港本土派政治團體核心成員時，就要特別留意其履歷中與本土運動特別有關的項目，如該受訪者在 2016 年立法會選舉期間，是該本土派政團的發言人，亦是代表該政團參選的參選人；同時間，亦要對受訪者的時代背景——2010 年代的本土運動有一個綜覽式了解，如了解 2014 年雨傘佔領運動的基本來龍去脈、2016 年選舉

期間各本土派政團的主張，以及其與各傳統民主派政團的關係等。

若訪問一些名不見流傳的普通人，如一位在 1970-90 年代於觀塘市中心當無牌小販的老人家，而網上或其他書籍以至舊報刊都沒有記載他的履歷以至姓名時，這樣，訪問員所做的事前研究，就只能集中於該受訪者所處的環境及時代，如到觀塘市中心親身考察，閱覽觀塘舊地圖，細閱舊報紙以及相關研究中有關當年觀塘小販的記述等。

這些訪問前的研究，能使我們知道自己想從訪問中取得哪類型的資訊，從而訂定恰當的訪問問題，並在訪問時，分辨出受訪者回憶中明顯有誤的地方，並試圖以反問形式來釐清確切史實，或在日後編輯其訪問稿時，懂得就相關史實的真偽，有所說明。

6. 擬定訪問問題、明白提問技巧

一如前述，口述史的價值，在於了解親歷者的第一身經歷及觀察，當中不只他 / 她所經歷的事實，還包括他 / 她在當時的情緒、感覺及看法，以及他 / 她在受訪時回望舊事時，其思考、看法、感受及評價。所以訪問員設定的訪問問題，必須盡量屬開放式問題 (open-ended questions)，以鼓勵並激發受訪者 講得更詳細、更豐富，而不是「是 / 否」那類容不下受訪者詳述所想的狹窄提問。因為這類提問通常都有引導性，純粹是用來證明訪問員自己的想法是否正確。當然在一些時候，如要釐清一些史實以及訪問員是否對受訪者所說有正確了解時，這類提問還是可取的。但這類提問，絕對不宜在訪問中多用。

開放式問題的例子包括：

- 「你當時在觀塘市中心做小販時，日常擺賣的情況係點樣 (如何)？」
- 「你點解 (為什麼)加入該本土派政團？」
- 「你當時點睇 (如何看)自己高票當選，有咩 (有何)感想感受？」

同時間，訪問時應盡量按歷史時序來提問，以助受訪者準確地回憶相關事情。

準備的問題宜多不宜少，因為不少受訪者，須被問上較多的問題，才能講述更多自己的回憶及觀感，若訪問員準備的提問太少，可能會令訪問被逼過早結束，達不到預期目標。

7. 帶一些史料以勾起受訪者回憶

在做訪問前研究時，可以選一些原始史料，如當時報章剪緝、舊相片、舊書等，在訪問時展示給受訪者看，這可有助勾起他／她更多更詳細的回憶及對往事的看法。

8. 準備好工具——紙筆、錄音或錄影器材

自從智能手機普及，質素亦越來越高端，越來越多人做口述史訪問時，都用手機錄音，而不再使用錄音筆及外置咪高峰 (microphone)。不過用手機錄音時，亦應注意到資訊保安問題，例如受訪者的身份及訪問內容，若須很嚴格地保密時，可能要關掉手機中把錄音即時備份上雲端儲存的功能。

不過，不論用手機還是用錄音筆錄音，都要準備後備電源，對手機來說，就是外置充電池 (俗稱「尿袋」)，對錄音筆而言，就是後備電池。

若選擇錄影，要做到最佳效果，須考慮燈光及收音的事宜。

究竟是使用手機，還是錄音筆，用不用外置咪高峰，要不要錄影，需不需要專業燈光師以至收音師在場；若錄音，採用什麼格式 (format) 來存檔 (如WAV 還是MP3)，就視乎你希望這場訪問的音／像紀錄，質素有多好，其用途是什麼：純粹紀錄保存以供日後研究者閱聽，還是用來作展覽以至專業廣播之用。總而言之，這些選擇都應該在訪問進行前就決定好。

當然不論用什麼器材錄音或錄影，在訪問前，都要進行測試，以確保真的能錄音或錄影，否則前功盡廢。須知道邀約一個人做口述歷史訪問，有時機會可能只得一次。

雖然最後訪問員在事後撰寫訪問紀錄時，還是要翻聽訪問錄音，但在訪問時用紙筆記下訪問內容的重點，不但有助之後撰寫訪問紀錄時掌握到內容重心，還有助訪問者在訪問期間，專注聆聽受訪者娓娓道來他／她們的故事，並更易察覺到當中的重要細節，從而適時追問深究。

9. 訓練訪問員，並展示相關示例

很多時，一個口述歷史計劃，要合眾人之力才能完成。因此，口述史計劃的負責人聯

同計劃的各指導人員，須在所有訪問開始前，就訓練訪問員。這一本入門指南，可以作為制訂訓練內容的一個參考。

不過，即使各訪問員經過統一訓練後，各指導人員仍應在各訪問員進行訪問前，因應各訪問員對口述史的熟練程度及其受訪者的背景，和他／她好好談一次，以令他／她可以更有信心及更有準備地去做訪問。這種對訪問員的行前輔導，對於完全沒有經驗的訪問員來說，尤為必要。

在訪問員做完訪問後，指導人員應與他／她再談一次，以了解該次訪問進行得如何，這將有助指導人員及計劃負責人了解整個口述史計劃的執行情況，以便提早發現問題，及早糾正。同時，各次訪問進行的經驗，亦有助各指導人員更好地輔導尚未出發做訪問的訪問員。

各指導人員亦應盡可能向各訪問員，展示一些質素良佳的口述歷史訪問紀錄作為示例，以令各訪問員可以更具體地知道，如何才能做好一次口述歷史訪問，並寫好一篇口述歷史的紀錄。

四、 訪問及內容記錄技巧

1. 若口述史計劃設有紙本同意書，須首先讓受訪者簽署

同時，即使受訪者有能力閱讀同意書，訪問員也應以口頭解釋同意書的內容，若受訪者就此有疑問，訪問員亦須盡量一一解答。待受訪者簽署作實後，訪問才可正式開始。因此，為免訪問員白走一趟，受訪者該在正式受訪前，就知悉同意書的內容大要，並據此而決定是否受訪。

2. 訪問錄音一開始，就必須報上訪問時、地、人

若不將訪問時、地、人等基本資料首先就錄音下來，就不知道這段作為史料的口述史訪問錄音/錄影紀錄，在何時何地及如何產生，史料價值就會大減，以至變得不可用。以下為示例：

受訪者：陳文祥

性別：男

訪問員：成思翰

訪問開始時間：2025年11月2日下午2時（香港時間）

訪問地點：受訪者家中（香港）

若錄音中途暫停，在錄音恢復後，須先對著錄音器材說「錄音恢復」，然後再說以上各項資料。

3. 訪問員須與受訪者保持令雙方舒適的身體距離

但須同時確保這種距離，仍足以令雙方清楚聽到彼此說話。另外，訪問員應與受訪者保持恰當的眼神接觸。

4. 時常留意錄音設備是否正在錄音

但也不應太過為此而分心。另外，若以錄影來紀錄訪問全過程，宜同時安排另一人專心當拍攝者。

5. 提問先易後難

訪問開始時，先問一些簡單、輕鬆的問題，如哪年哪地出生，讀什麼學校，小時候的一些經歷等，以「暖場」，並建立雙方的關係，讓彼此漸漸進入狀態，才逐步進入較核心以至較敏感的問題。

6. 注意用詞，以確保受訪者清楚明白

因應受訪者的年紀、受教育程度、職業背景等，採用恰當的語言及用詞，避免一般大眾未必明白的專業術語 (jargon) 以至四字成語。總的而言，在一般情況下，訪問員須採用對大部份人來說最平實、最清楚易懂、不會引起歧義的語言。

7. 耐心地細心聆聽，盡量不要插嘴

一如之前所說，口述歷史訪問是紀錄舊事親歷者的回憶及觀點感受，所以須令受訪者在感到受尊重的氣氛中，暢所欲言。訪問者應只專注聆聽及了解受訪者所述說的經歷及所思所感，對受訪者不批評不批判，訪問員不應顯露 (包括以自己的表情及神態) 自己的喜惡及立場。

同時間，容許訪問有一些「冷場」時段，給時間讓受訪者回憶、思考以至表露情緒。

8. 不能無限容許受訪者「大話西遊」完全離題

尊重受訪者、讓受訪者暢所欲言，不代表讓受訪者不斷講離題的話。例如你訪問一位 1970 年代香港學運的核心人物，他/她卻不講當年學運的事，只不斷講近十多年退休後在世界各地旅行的經歷 (可能是因為他/她真的很愛旅行，所以想和人分享經歷，亦可能因為他/她根本對過去的事不願多提，但又不想事先明確拒絕你的訪問邀請，以免

招人話柄)，則訪問員務必在適當時候，提醒他/她須回到訪問主題。

另外，訪問員若發現受訪者所講述的回憶，有明顯的史實錯誤（如一些事情發生的年份或先後次序），訪問員亦應盡快提出糾正，這不是無故干擾受訪者回憶當年，而是協助受訪者盡可能地正確地回憶及評論往事。由此可見，訪問員在事前的研究，是很必要的。

此外，若訪問員對受訪者所說的有不明白不清楚之處，亦應盡快請求受訪者再講得更清楚。

9. 可以即興提問及追問

例如在有關 1970 年代香港學運的口述史訪問中，受訪者提到一個人名，是訪問員在事前研究中見過的，並認為可能是一位關鍵人物，只是現存史料記載不多。此時，訪問員該盡快向受訪者提問有關這個人的資料。

所以，若訪問員事前做好研究，自然會在細聽受訪者憶述過去時，有很多即興提問及追問，只要適時並有禮貌地提出，必令訪問有更大收穫。

10. 留意受訪者的聲線、情緒以至小動作

這些都應在訪問結束後盡快記下來（若在訪問期間就記在筆記本上，或有可能令受訪者感到冒犯），並在訪問紀錄上加以描述。

另外，若受訪者情緒激動以至聲淚俱下時，應給予時間讓其表達這種情緒，以待其心情平復，再繼續訪問對談。若受訪者情緒太激動，而激動的情緒維時太久，以致不能再清楚講述其回憶及觀感，訪問員應暫停訪問，暫停錄音。

11. 關於以網上視像會面（E-Meeting）來進行口述史訪問

COVID-19 新冠肺炎疫情，一度令國際旅行以至日常外出都受到很大管制，結果網上視像會面大為盛行。結果，近年一些口述歷史訪問，也以這種方式進行。不過，決定採用這種方式進行訪問前，有幾點必須考慮清楚：

- 受訪者及訪問員進行訪問時所處的地方，其網絡接收情況及穩定性，是否足

以做一場訪問；

- 受訪者及訪問員是否都有足夠而良好的設備（如電腦、咪高峰等）進行訪問，並將全過程清楚地錄音或/及錄影下來；
- 受訪者及訪問員雙方，是否都同時懂得運用相關的硬件設備（如電腦）及軟件設備（如網上視像會面應用程式），若否，可不可能有人從旁協助。若能安排人從旁協助，那人在場時，受訪者是否也能安心暢所欲言；
- 訪問對話線上傳送時的保安風險，是否選擇具有加密功能的網上視像會面應用程式，網上視像會面之內容，會否洩漏或被其他人截取監聽。若有此風險，而受訪者對此也很憂慮的話，也可能令受訪者不願暢所欲言，尤其是受訪者身處在言論自由受到很大限制的國家或地區。

五、 訪問後文字整理及紀錄定稿

1. 盡快將訪問聲音檔案儲存在安全可靠地方，並多存一個備份

訪問結束後，訪問聲音檔案不應只儲存在手機或錄音筆內，宜盡快將該檔案儲存在你的口述歷史計劃所專用的儲存空間內，並同時複製一個備份，放在另一專用儲存空間中。當然所有備份所儲存的空間，必須是安全而無明顯洩漏風險。

2. 採用什麼形式來做文字紀錄

主要來說，有兩種形式，一種就是將訪問對話逐字紀錄 (transcribing)，另一種就是以訪問稿形式 (一如傳媒所刊登的訪問稿)，將訪問要點寫出來，中間可夾雜受訪者的一些原話，並可描述受訪者的語氣神態。

通常來說，若訪問會立刻出版成書 (或網上文章)，訪問稿會是較為常用的形式，因為這對一般讀者來說，更為可讀。不過，亦有一些口述歷史書籍或文章，是以一問一答逐字紀錄形式的對話體，呈現訪問內容 (至少是訪問的部份內容片段)。

為方便日後研究者使用訪問紀錄，亦防止聲音檔案因其格式不為未來設備所容而不能取用，所以為訪問全過程做一個逐字紀錄，是最理想的做法。可是，這種逐字紀錄，若要人做，是非常耗時花精神的，若你的口述歷史計劃將此工作外判給其他人做，所費亦不菲。

不過，近年人工智能 (AI) 發展越趨成熟，據說已可將廣東話錄音檔案，自動轉化為逐字紀錄。由於 AI 會在短時間內推陳出新，加上不同的工具採用不同程度的加密功能作訓練大型語言模型，本指南不會推介哪種品牌的 AI 合用。可是，和網上視像訪問一樣，在決定是否採用 AI 來做逐字紀錄時，須考慮訪問內容會否因此外泄，引起私穩以至保安風險。

3. 訪問員應盡快與指導人員討論訪問過程

這有助訪問員掌握訪問成果之重點，從而更能寫好訪問稿。

4. 盡快撰寫訪問紀錄

雖然訪問已錄音或錄影下來，但若訪問員能在完成訪問後，趁記憶還未減退時，能盡快動筆撰寫訪問紀錄，既重聽錄音，亦參考訪問時所寫下的筆記，將使撰寫過程更快，紀錄更準確更有質素。

5. 受訪者最後審閱作實

受訪者作實並同意可以發布後，訪問紀錄就可以面世。

六、 口述歷史訪問及其保存需顧及的法律及道德考量

1. 須留意進行口述史訪問及保存其紀錄的所在國家或地區，其相關的個人資料、私隱及版權法規，以制訂你的口述歷史計劃訪問及保存政策，並因應該等法規，去設計受訪同意書內容。
2. 若要短時間內公開訪問紀錄，須考慮其對人可能帶來的損害。這可能是受訪者的心理健康及人身安全，可能是受訪者的家人及朋友之心理健康及人身安全，亦可能是涉及該段歷史的其他人之健康及安全。另外，公開訪問紀錄亦可能令其他人感到受到誣捏或誹謗，因而控告受訪者以至口述歷史計劃的負責人，這種風險必須留意。
3. 口述歷史訪問錄音/錄影檔案及其文字紀錄的長期/永久保存地方，是否可靠，足以令受訪者、涉及相關歷史的其他人以至訪問者本身之安全及健康，受到合理保障。
4. 各口述歷史計劃可能會有的法律及道德風險，千差萬別，各有不同，難以一概而論，本指南難以一一列出放諸四海而皆準，適用於所有口述史計劃的具體守則。各口述史計劃負責人以至訪問員，宜就此等問題作具體研究及商討，因時因事因地而制宜，必要時須就此與受訪者商討，並諮詢當地的法律及其他專業人士之意見。

七、 口述歷史紀錄的保存及日後存取

1. 口述歷史訪問的所有相關紀錄，須有良好有序的管理，如為各檔案制訂清晰的名字以至編號，以至為各個口述訪問寫一個內容簡介等，以方便長期保存及日後取用。
2. 決定口述歷史紀錄的長期/永久存放地點時，須考慮該地點所在的國家或地區，是否安全可靠，而該地點（如一間大學的圖書館）又是否安全可靠，該地點的負責人是否也可靠，以至該負責人的未來繼承人是否也是可靠。除了安全，亦應考慮口述史紀錄所存放地點，是否為其他人容易到達，並能取用已經公開的紀錄（如該地點對外國人來說，其出入境管制是否很嚴格；該地點的負責人，又會否將已公開的紀錄放上網絡，供世界各地人士輕易取用等）。究竟存放在什麼地點，宜在訪問開始前就決定好，以便爭取各受訪者的信任。
3. 一如前述，一些口述史紀錄若即時公開，將有損相關人士的權益和安全。所以有些紀錄，須封存一段時間後，或受訪者過世後，才可公開，可以是全部公開，亦可以是部份公開。即使公開內容，亦可以將當中部份人名暫時封存，留待再之後公諸於世。而該等紀錄須封存至何年何月，須與個別受訪者商討，並列明在受訪同意書上。

八、 結語及參考資料

我們希望本指南，能令有志做好口述歷史的各位，知道如何才能做好。當然，本指南只是一個基本入門，若各位想再深究口述歷史的方法及原則，可自行閱讀本指南曾參考的書籍文章如下（大部份都能在網上或圖書館中取閱，或網購取得）。另外，本指南亦列出一些關於香港史的中文口述歷史研究著作，以作示例，令各位更具體地了解如何做好口述歷史。

本指南所參考的著作或材料：

[賴素春，〈匯聲聚史四十載—新加坡口述歷史中心〉，《高校圖書館工作》總第 39 卷第 189 期（2019 年 1 月），頁 62-65（網上公開資料）](#)

[嶺南大學香港與華南歷史研究部「賽馬會香港歷史學習計劃」：「口述歷史工作坊（一）：概念、方法與運用」（2016 年）（網上公開資料）](#)

[National Heritage Board\(Singapore\), “The Heritage Researcher: A Practical Guide to Action, Oral History Interview”（網上公開資料）](#)

Oral History Centre(Singapore), *Memories & Reflections : the Singapore Experience : Documenting a Nation's History*, (Singapore: Oral History Centre, National Archives of Singapore, 2007)（中譯版：新加坡國家檔案館著，杜梅等譯，〈記憶與回憶：新加坡國家檔案館口述史工作手冊〉，北京：中國檔案出版社，2012）

Ritchie, Donald A., *Doing Oral History* (Third Edition), (New York: Oxford University Press, 2015) (相關中譯版：王芝芝、姚力譯：《大家來做口述歷史》，北京：當代中國出版社，2006年)

香港口述歷史著作示例：

- [「香港留聲」口述歷史檔案庫](#) (網上公開資源)
- 馬嶽：《香港 80 年代民主運動口述歷史》，(香港：香港城市大學出版社，2012 年)
- 張慧真、孔強生：《從十一萬到三千：淪陷時期香港教育口述歷史》，(香港：牛津大學出版社，2005)
- 黃慧貞、蔡寶瓊編：《華人婦女與香港基督教：口述歷史》，(香港：牛津大學出版社，2010)
- 蔡寶瓊統籌：《晚晚 6 點半：七十年代上夜校的女工》，(香港：進一步多媒體，1998)

九、 附錄：口述歷史計劃受訪及錄音同意書示例

請作以下選項：

	意向
1. 將我的受訪內容錄音（惟在訪問途中，我有權隨時叫停錄音，直至我容許恢復錄音）	同意 / 不同意
2. 將我的全部受訪內容，用作以下 2.1 至 2.5 之用途	
2.1. 在網上平台 XXXX 發佈口述歷史訪問文章	同意 / 不同意
2.2. 在 20XX 年 X 月於 XX 舉辦的 XX 口述史展覽和其他附屬小型展覽中，展出口述歷史訪問文章、經剪輯的錄音或/及錄像	同意 / 不同意
2.3. 在編委會選擇的網上平台保存經剪輯的口述歷史訪問錄音或/及錄像	同意 / 不同意
2.4. 供編輯委員會作文章結集出版	同意 / 不同意
2.5. 供編輯委員會成員及訪問員作非牟利出版之用	同意 / 不同意
3. 當我的受訪內容用作以上 2.1 至 2.5 項的用途，並永久得到保存時，顯示我的真實姓名 <u>或</u> 假名（請二選其一，將不同意的項目刪去）	同意 / 不同意
4. 將我受訪的錄音檔案，以及其逐字紀錄，不經任何聲音或/及文字特別處理，捐予 XX 大學 XX 圖書館永久收藏。	同意 / 不同意

<p>5. 當我受訪的錄音檔案，以及其逐字紀錄，不經任何聲音或/及文字特別處理，交給 XX 大學 XX 圖書館永久收藏之後，將自 20XX 年 X 月 X 日起，供公眾查聽查閱經聲音或/及文字特別處理的檔案及紀錄，並讓該等公眾人士，自由引用當中任何內容，以用於研究、出版、教學、公開講座及在互聯網（例如但不限於各式社交媒體）公開展示。</p>	<p>同意 / 不同意</p>
<p>6. 當我受訪的錄音檔案，以及其逐字紀錄，不經任何聲音或/及文字特別處理，交給 XX 大學 XX 圖書館永久收藏之後，將自 20XX 年 X 月 X 日起，供公眾查聽查閱不經聲音或/及文字特別處理的檔案及紀錄，並讓該等公眾人士，自由引用當中任何內容，以用於研究、出版、教學、公開講座及在互聯網（例如但不限於各式社交媒體）公開展示。如本計劃或 XX 大學 XX 圖書館日後有其他建議，必須先重新取得我的同意，方可作出改動。</p>	<p>同意 / 不同意</p>
<p>7. 在 20XX 年 X 月 XX 日前，我有權隨時退出計劃，並要求銷毀所有受訪文字、錄影及錄音記錄。我知悉在 20XX 年 X 月 X 日起，本計劃將會以各種形式公開發表及永久收藏是次口述歷史訪問的成果。</p>	
<p>8. 我有權要求在本計劃以各種形式公開發表口述歷史訪問的成果，包括文章、錄音和 / 或錄影之前，審閱該成果，以確保記錄正確無誤。</p>	

本協議受 XX 法律管轄，並根據 XX 法院的司法管轄權解釋。

如有疑問，請向以下負責人或聯絡人查詢。

負責人：XXX

聯絡：XXXXXXXX (手提電話及 Whatsapp)

雙方簽名表示接受本同意書。

受訪者姓名：_____

日期：_____ 簽名：_____

訪問員姓名：_____

日期：_____ 簽名：_____

十、 鳴謝

本指南是「香港社運口述歷史計劃」的第二本出版物。在 2024 年至 2025 年間，我們和二十多位已遷居加拿大和英國的流散香港人，在 Dr Andrew Flinn 和何曉清博士的指導下，進行了一個社群實驗：開展一個由下而上、港人自發的社運口述史工程，訪問了十九位已身處海外，曾在不同年代參與香港民主運動的香港人。我們口述史的成果，除了在網上以文章發佈外，亦出版了一本中英對照的開源讀物《半世紀的抗爭—2019 年香港社運口述史》和一系列紀錄片。2025 年夏季與秋季間，我們在倫敦、曼城、多倫多和溫哥華，與當地的香港人社群分享我們的出版物和紀錄片，期間不少會眾均表示支持，希望能有意義地參與本計劃。

我們相信，口述史以人為本，以口述史作為檔案行動主義的一部分，保存記憶，進而尋求公義，並非少數精英的專利，而是個人與社群努力的成果。本指南正正是為了鼓勵各地香港人社群，可以由個人層面開始做起，逐步保存個體參與香港社運，以至有關香港的種種記憶，並從中累積經驗，建立情感連繫，為建立一個開放、包容和堅實的香港人社群打好基礎。

最後，我們要感謝本計劃成員崔永健撰寫本指南。希望讀者能在當中有所得著，學以致用！

香港社運口述歷史計劃編輯委員會

陳啟睿、黃智斌、蔡俊威、崔永健、黎恩灝

聯絡：hksmoh@proton.me

十一、 版權

© 2025 香港社運口述歷史計劃編輯委員會

著者：崔永健

編輯：陳啟睿、黃智斌、蔡俊威、崔永健、黎恩灝

此手冊的授權條款為創意共享條款**姓名標示-相同方式分享-非商業性 4.0 (CC BY-NC-SA-4.0)**。

你可以自由：

- **分享** —— 以任何媒介或形式複製及重新分發本資料
- **改編** —— 重混、轉換及基於本資料創作新作品

但須遵守以下條款：

- **署名** —— 你必須適當地標示作者姓名、提供授權條款的連結，並註明是否曾作出修改。
- **非商業性** —— 你不得將本資料用於商業用途。
- **相同方式分享** —— 如你對本資料作出重混、轉換或再創作，必須以相同的授權條款發佈你的作品。
- **不得附加限制** —— 你不得施加任何法律條款或科技措施，以限制他人作出本授權所允許的行為。

完整授權條款全文可參閱：

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>