



用聲音了解自己 理解他人

2016-10-08 記者 王廷瑄 報導



「聲音」是人與人交流之間，最直接的溝通工具。合適的聲音表達，除了能抓住聽眾的注意力，也是為自己建立良好印象的關鍵。現年30歲的聲語表達訓練師羅鈞鴻，透過演講、公開班、教育訓練等方式授課，讓學員能透過聲音去了解自己，突破自己，並朝著理想的方向前進。



聲語表達訓練師羅鈞鴻。(照片來源／涂易暄攝)

聲語表達訓練課程，最主要是做「聲音表情」的訓練，藉由在不同的場合下轉換聲音表情，讓溝通更為順暢。最初的課程中，學員們會透過各種情緒的演繹，找到屬於他們內在的潛台詞，類似演員訓練班。而潛台詞指的是人們的內在想法，找到潛台詞能助於「心口合一」，否則心口不一致的違和感，會阻礙溝通與交流。

聲語訓練的另一個目的，是為了找回聲音應有的純粹。人類的表達能力與生俱來，但隨著時間的增長會逐漸喪失。社會普遍存在的刻板印象，讓每個人對自己的職業、性別或身分有所顧忌，進而產生很多「應該」，被社會框架所侷限。聲語訓練能幫助聲音的解放，看到自己更多的可能性。

誤打誤撞成為講師 年輕是最大阻力

羅鈞鴻23歲時，就踏入了講師這行。提到入行的理由，他坦言：「我從來沒有想過自己會當老師，我想要做的第一份工作是配音員。」其實在大學時期，他讀的是設計專業，但因為自認沒有設計天分，希望朝新的方向發展。當時有人說他的聲音不錯，於是報名了大學裡音樂系開設的配音班課程，也因此在那裡遇到師父周震宇。在羅鈞鴻練了一年半的配音後，周震宇突然表示自己不配了，希望往教育訓練發展，便邀他一起合作。於是才剛退伍的羅鈞鴻，就誤打誤撞的成為了一名年輕講師。

和其他剛畢業的大學生相比，羅鈞鴻沒有經歷過求職的艱難，但因為太年輕就走入講師一行，調適的過程很痛苦。「一般的職員就是把上級交代的工作做好、看績效，不需要承受外界眼光的壓力；但我的工作是要站上講台，面對一群年紀比你還大的人，而每一個人都在檢視你。」羅鈞鴻苦笑。

除了受到學生的檢視，羅鈞鴻更提到，剛入行時受過不少挫折：有一次代替師父周震宇去校園演講，因為年齡而被挖苦；或者是因為感冒，嗓子狀況欠佳，演講時無法信服於人；甚至在一次講課結束後，因為自己垂頭喪氣的模樣，竟反被學員安慰。剛成為講師的羅鈞鴻尚未建立起講師自信，也還不能將所學融會貫通，經歷不少挫敗。而「太過年輕」一直是剛成為講師的羅鈞鴻所背負的重擔。

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 幽默人生 插畫家馬克
- 女人走味
- 牙刷小日常 轉動物聯網

總編輯的話／鄧涵文



本期喀報第兩百四十七期，共二十二篇稿件。包含藝文評論一篇、文化現象五篇、科技新知五篇、人物特寫三篇、照片故事兩篇、自由創作五篇及影音新聞一篇，側欄廣告為「2016哈客流行列車音樂會」。

本期頭題王／涂易暄



試圖成為新一代文青

本期疾速王／林有成



有成是我，在一個香火鼎盛和四周都是田地的地方長大，不管如何，開心的過每一天，才是最重要的！再怎麼平凡的事情，一定含有其不平凡的內涵！

本期熱門排行



用聲音了解自己 理解他人
王廷瑄／人物特寫



音樂不夜 夢想不滅
涂易暄／樂評



女人走味
何書馨／自由創作



拍照打卡 是桎梏還是自由
張芸瑄／文化現象



1485公里外的夢想
黃佳俐／人物特寫

在觀察與反省中鍛鍊自我 十年磨一劍

隨著時間成長，漸漸地羅鈞鴻意識到自己的專業為何，調整好心態，透過一次次的講課建立起自信。今年是羅鈞鴻入行的第七年，在講師的領域中，30歲依然年輕，但七年資歷和實力的累積，如今已不會有人因為他年輕而投以輕視的眼光。

「有很多人說我是十年磨一劍，那把劍就叫聲音。」羅鈞鴻說。

而在成為講師之前的羅鈞鴻，人緣並不是太好。他也笑稱，認為自己聲音好聽是「自我感覺良好」，聽不出來別人話中有話。學聲音以後，他才了解，對聲音的「敏感度」遠比好不好聽重要。在配音的訓練過程中，羅鈞鴻做最多的功課，就是在捷運上聽形形色色的人說話。邊聽邊思考，這些人是什麼個性、帶著什麼樣的情緒、有什麼樣的意圖。所以當他看過了上千上百個人，聽過了上千上百種聲音，便慢慢養成了對聲音的敏感度。現在的他只要聽人說話的風格、句尾的收口，還有一些聲音的小細節，便能知道對方大致的性格，這也是所謂的聽聲辨人。

聲音能延伸的範疇很廣，關於聲音技巧的運用，羅鈞鴻說，這些都只是工具，如果這個工具會阻礙跟人的交流，那不如不要用。只是當心有餘力時，便可以用這些工具來「觀察」和「反省」，只要重複反省的步驟，和相處有關的聲音知識便能在腦中構築出一個資料庫，以後只要稍微觀察，身體自然能做出合適的應對。

成就別人 不做配音員做老師

提到在職涯中最有成就感的事，羅鈞鴻笑著說：「成就是來自於成就別人。」

報名聲語課程的人類型多元，有的是業務、有的是老師、有的是家庭主婦，更有些是聽障人士，他們戴著極敏銳的助聽器，希望能透過課程，探索他們所不瞭解的世界。

因為誤打誤撞的關係，羅鈞鴻一開始成為講師時，並沒有特別的理想。但有一次，一位學員透過臉書傳訊息道謝：因為羅鈞鴻的關係，自己和父母的關係改善了。那時候才發現，原來拿麥克風的人的責任是如此重大。羅鈞鴻的聲音訓練倡導人文教育：有話好說、把話說好。空閒的時候，他會去報名一些人文課程，除了精進自己，更是為了補足人文教育的不足。

於是從25、26歲開始，羅鈞鴻找到了一種使命感，也是作為一個教育者，要教給的學生最簡單的三件事情：幫助他們了解自己、突破自己，然後找到理想的方向前進。

提到一開始想從事的配音夢，羅鈞鴻說，現在他偶爾也會接一些配音的案子，但都是當興趣在做。配音員的薪資其實比老師優渥許多，但老師的發展性和接觸的事物比較廣，挑戰性也比較多，所以才能成長。

儘管現年才30歲，但對於生命的最後一刻，羅鈞鴻有著這樣一幅美好的想像：曾經有一位尊敬的老師，直到80多歲都還在講課，最後在一場巡迴演講的路途中安詳逝世。描繪著心中的那幅圖畫，羅鈞鴻說：「身為一個教育者，就不會有要退休的念頭，會給自己一些限制性，例如不接某些類型的課程。但我希望在結束生命前，都是一個教育者。」

播種耕耘 讓教育的種子成長茁壯

「你認為你帶來了好消息，但這並不是會讓每個人都興奮或感動的。」羅鈞鴻笑道。臺灣的聲語訓練環境一體兩面，好的地方在於從事這行的人數不多，不用擔心飯碗的問題；但壞也壞在，在這個愈趨細膩的世界，人們普遍沒有意識到聲音表情的重要性。

儘管如此，羅鈞鴻仍然認為，只要種子能在一個人的身上發芽，便能影響到他身邊的其他人。而一個講師要做的事情就是播種，因此他們內心的那顆種子就要更加強大、那棵樹要長得更高、更寬廣。希望能藉由自身的力量教育人們，使這個世界更好，是教育者終其一生都在耕耘的課題。



電競颶風 台灣蓄勢待起飛

時逢英雄聯盟S6全球總決賽台灣表現不俗，剖析台灣電競產業。

拍照打卡 是桎梏還是自由



拍照打卡已是現代社會趨勢，人們是善用它還是被它控制著。

