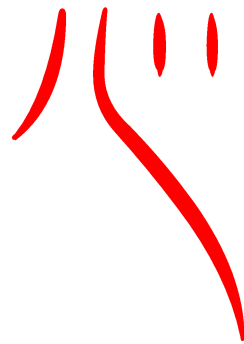


NO. 80  
Nov 2019  
SLNS

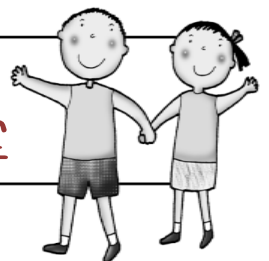


風  
樓



語

發行人 曾騰瀧  
發行單位 臺北市立士林高商輔導室



校長的話

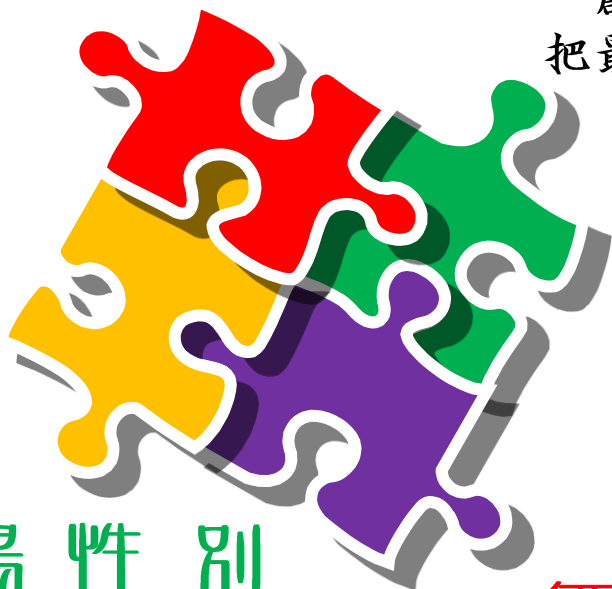
## 未來想像

執行有溫度的對話

「聊天機器人」創造高效互動

## 生涯楷模

創作歌手韋禮安：  
把最深的恐懼寫進歌裡



## 職場性別

照顧男不難

育嬰假爸爸們的育兒實踐與感受

## 價值抉擇

斜槓人生真的適合你嗎？

風樓心語79期 回饋佳作





## 校長的話

**各位同學：**

**校長非常喜歡麥克阿瑟為子祈禱文，  
希望與同學們共勉。**

麥克阿瑟為子祈禱文

作者 / 麥克阿瑟 (General Douglas MacArthur)

主啊！懇求你教導我的兒子，使他在軟弱時，能夠堅強不屈；在懼怕時能夠勇敢自持，在誠實的失敗中，毫不氣餒；在光明的勝利中，仍能保持謙遜溫和。懇求塑造我的兒子，不至空有幻想而缺乏行動；引導他認識你，同時又知道，認識自己乃是真知識的基石。

主啊！懇求你教導我的兒子，篤實力行而不空想；引領他認識你，同時讓他知道，認識自己，才是一切知識的基石。主啊！我祈求你，不要使他走上安逸、舒適之徒，求你將他置於困難、艱難和挑戰的磨練中，求你引領他，使他學習在風暴中挺身站立，並學會憐恤那些在重壓之下失敗跌倒的人。

主啊！求你塑造我的兒子，求你讓他有一顆純潔的心，並有遠大的目標；使他在能指揮別人之前，先懂得駕馭自己；當邁入未來之際，永不忘記過去的教訓。

主啊！在他有了這些美德之後，我還要祈求你賜給他充分的幽默感，以免他過於嚴肅，還苛求自己。求你賜給他謙卑的心，使他永遠記得，真正的偉大是單純，真正的智慧是坦率，真正的力量是溫和。然後作為父親的我，才敢輕輕的說：「我這一生總算沒有白白活著」，

阿們！

校長 曾騰瀧 敬上

# 執行有溫度的對話

## 「聊天機器人」創造高效互動

全球用戶在社交通訊App的黏著度逐年提高，聊天介面的容易使用性，讓聊天機器人順理成章進入消費者的生活。2016年被視為聊天機器人元年，也是對話式商務元年。2018年臉書盛行「+1」，破萬留言數量唾手可得。2019年，聊天機器人還可以玩出甚麼花樣？

文:曾允盈 《看雜誌》2019.10

你對「聊天機器人」(Chatbot)還停留在臉書「+1」收集名單的印象中嗎？

臉書在2016年的F8大會上宣布開放Messenger聊天機器人API (Application Programming Interface, 應用程式介面)，提供開發者自由開發各式聊天機器人，一舉炒熱了聊天機器人話題。2016年因此被視為聊天機器人元年，也是對話式商務元年。

學習型臉書社群「讓狂人飛」創辦人洪璿岳，早在2016年就是聊天機器人的使用者。他分析2016年僅有國外品牌英文介面聊天機器人；2017年新創崛起，出現不少中文介面的聊天機器人；2018年臉書盛行「+1」，只要留言+1，破萬留言數量唾手可得；2019年更是如雨後春筍般出現各種聊天機器人的應用。使用者紛紛好奇，聊天機器人還能玩出甚麼花樣？

### 用聊天開啟商務時代

洪璿岳提到，聊天機器人目前大致分成兩大第一種是電商型的，第二種是廣告型的。電商型的聊天機器人專注在與金流系統商的配合，例如台灣廠商CHATISFY，可以協助使用者在Messenger中輸入信用卡資訊，完成小額的結帳。廣告型聊天機器人重視客製化的開發和特殊功能，例如BotBonnie是針對廣告創意的用途所設計，因此有很多超乎想像的功能，但沒有串接金流或線上完成購買的程式。



一般而言，聊天機器人最直接的用法就是電商客服，它可以在某些情況下，提供自動化的顧客與訂單服務功能而無需人工干預。以知名的達美樂披薩點餐協助聊天機器人Dom為例，Dom允許文字、語音甚至Messenger的互動方式，讓顧客輕鬆用手機點餐。

「團圓堅果」是台灣首批應用聊天機器人，並串接後續金流的電商品牌之一。出於業者若不在15分鐘內回應顧客，衝動型購物就會消失的及時回覆需求，團圓堅果開始使用聊天機器人基本的客服問與答、自動回覆功能，創辦人劉家昇甚至創立大團圓智能行銷公司，進一步替客戶規劃聊天機器人，並進行後續的廣告操作。

目前，還沒有購買過團圓堅果的臉書使用者，只要曾經在Messenger對話，就已經成為準會員。只要推出新的產品，團圓堅果就會主動推薦，也許在某個時間點，這些準會員就有機會透過對話視窗直接下單。這也是品牌電商「資料為王」的思維體現。

洪璿岳分析，電商型的聊天機器人，也有分「在視窗直接下單」和「進到官網完成銷售」





不同的策略。舉例來說，團圓堅果是直接在臉書或LINE@完成銷售，蝦皮購物則是先讓顧客透過聊天機器人認識產品，再進到官網完成銷售。

## 廣告創意式聊天機器人掀起熱潮

因廣告創意引起互動的聊天機器人，著重在設計企劃。最經典的莫過於2017年「華康字型」的華康愛情體「愛情收」活動。由奧美公關規劃、BotBonnie執行的「愛情收」，藉由Messenger聊天機器人與讀者互動，「只要留下郵遞區號三碼，你的專屬情書便會立刻送達！」聊天機器人會發送一封俏皮肉麻的手寫情書給讀者。

這次的創意操作，目的是藉由線上聊天機器人的回覆，結合線下誠品實體展覽、字型巧克力活動，拉近與讀者之間的關係。聊天機器人的創意運用，跳脫客服的範疇，搭起與讀者的情感橋梁。這個活動貼文共創造超過9萬人按讚、百萬互動次數的成績。

2018年掀起熱潮，號稱「史上第一個中文美式脫口秀節目」的《博恩夜夜秀》，2019年4月的第二季現場錄影中，找上台GoSky，運用臉書聊天機器人，與現場觀眾進行更好的互動。據稱第一次群發訊息時，就締造出高達99%的讀取率、96%點擊率的紀錄。在引導觀眾使用聊天機器人的過程中，《博恩夜夜秀》一直不斷強調「現場限定」的可貴，無論是發布觀看須知，或是只有現場參加的彩蛋解鎖互動等，都是利用聊天機器人讓表演活動更熱絡的嘗試。

2018年公視推出的電視劇《你的孩子不是你孩子》

為了觸及年輕收視族群，也首度在戲劇行銷中導入聊天機器人技術。除了吸引社群討論之外，也透過遊戲互動來收集觀眾的名單。公視行銷企劃陳佳君曾表示，在演算法不斷更改、貼文觸及率下降，以及使用者更黏著Messenger等簡訊型App的情況下，公視和BotBonnie合作，以直覺圖像的方式操作聊天機器人，文案創意發想的部分則結合「只要有人」社群顧問公司，成功締造話題。

當時的一則貼文寫著：「我相信孩子和父母一樣都擁有獨立的靈魂，開始一趟奇幻旅程，看看你能走出怎麼樣的一段故事？你能不能找出屬於她們的美好結局？你會怎麼做？」貼文鼓勵觀眾「立即留言開始遊戲」與聊天機器人互動，創造6,134則留言，238次分享。

2019年公視另一齣叫好叫座的戲劇《我們與惡的距離》，則與大團圓智能行銷公司合作，增加社群的討論熱度。其中一則貼文搭配劇情寫到：「如果是你，會說甚麼？留言寫下對新聞的想法，可與劇中角色對話。」隨著對劇情的投入，觀眾都想與角色互動，當時創造1,520則留言，成功帶動社群熱潮。

好的聊天機器人需要甚麼條件？最基本應該要簡單清楚，透過問答的方式，引導使用者進入情境。也必須真正能解決使用者的困擾，包括客服、贈品贈送或+1收集名單，才能吸引使用者進一步運用。此外，如果目的是在社群引起討論，最好能設計有趣的企劃包裝，吸引使用者投入情境。

在對話式體驗越來越重要的時代，聊天機器人可以解決的問題，早已不局限在舒緩客服人力或收集客戶名單而已。構思有溫度的聊天過程，精進聊天機器人與人溝通的流暢性，是聊天機器人未來的發展重點。至於未來聊天機器人還可以推展至哪些運用場景和線上服務上？就讓我們拭目以待。

# 創作歌手韋禮安： 把最深的恐懼寫進歌裡

模範生歌手的標籤，曾讓他一失誤就陷入絕望，「我害怕光芒不再沸騰／那飢餓的眼神／將我生剝活吞」，在歌裡說出不敢示人的那一面，是他對自己誠實的開始。

■ 文/程晏鈴《天下雜誌》2017.01

10年，足夠一個善感害羞的大男孩，向過去的自己道別。

「我給你全部／全部自由」，身穿白底迷彩花樣外套，韋禮安坐上超過2公尺的高台，隨著音樂來回移動。怕高的韋禮安面不改色，飆唱改編成電音版的五月天《溫柔》。

這場表演是江蘇衛視主打用電音改編歌曲的節目《蓋世英雄》，站上燈光效果華麗的舞台，韋禮安絲毫不顯突兀。

「他可以說服觀眾，他的歌聲和表演，足以支撐這麼大的舞台，」知名樂評傑米鹿說。「在你那聲『自由』裡，開始韋禮安解放的路程，加油！大野狼，」歌手庾澄慶這麼評論。

出道超過6年，發行4張專輯，韋禮安首張專輯就拿下最佳新人獎，2014年發行第3張專輯，主打歌《狼》得到金曲獎最佳作曲，也舉辦大型



演唱會，成績亮眼。但6年多來，最常被貼上「清新暖男」的標籤，韋禮安的溫順內向，像隻綿羊。從溫馴青澀的大學生，蛻變成正視恐懼與改變的大人，從來就不簡單。

## 用創作補心中的缺

10年前，韋禮安第一次站上舞台，參加《快樂星期天》選秀節目，唱著周杰倫的《黑色幽默》，不太懂技巧，講話偶爾破音。但到最後，他用評審口中「神經質顫抖的歌聲」，奪下冠軍。

從台大校園唱到新加坡和香港，原本連怎麼表演都不曉得，現在卻站上小巨蛋跳歌舞劇，鞠躬向台下觀眾道謝說：「謝謝你們成為我故事的一部份。」

3月就滿30歲，韋禮安說，29歲時反而更焦慮，「想說：天啊，我只剩1年了。」想做的事太多，彷彿超過30歲，世界就會崩毀。問他想做什麼事？國外念音樂、環遊世界，隨便就是一排清單。

韋禮安總是不安於室。但他的標籤幾乎沒變過：品學兼優。雙親都是大學外文系教授，自己是台大外文系畢業，韋禮安擁有完美的背景，卻充滿不安全感，「我渴望被愛，甚至覺得沒有這些肯定，我就會消失。」極度渴望被肯定的心態像無底洞，迫使他像個癮君子，需要不斷從別人的肯定中汲取成就感。所以他考好成績、表現乖巧。

他選擇當歌手，潛意識就是想打破惡性循環，結果進到演藝圈，還是模範生，「狗改不了吃屎！」他笑說，對標籤坦然以對。在這個用學歷定義個人的社會裡，他總是被問到：為什麼要放棄台大外文系的光環當歌手？

**過去只是回答很多對的答案，但沒有真正『創造』任何東西，真正屬於你的創作，才是成就感的來源。**

當初誤打誤撞成為選秀冠軍，韋禮安也曾感到迷惘，因為他習慣精準計算每一步的結果，害怕未知。所以做決定前，他理性地自我分析，列出所有當歌手的條件：歌聲、創作，還有年輕。

沉潛過後，韋禮安決定和福茂唱片簽約。回過頭看，當歌手是理所當然的選擇，但其實再多分析，也比不上對音樂的熱愛，「就算沒當歌手，我還是會做音樂，」他的眼神再肯定不過。

對音樂和創作，他用「上癮」形容。

幼稚園時的韋禮安，很習慣在家中的角落，邊玩玩具，邊聽西洋老歌，有時是相聲段子或鄧麗君的《何日君再來》。大一點，父母帶他看迪士尼電影。

考上高中那年，父親韋金龍帶著16歲的韋禮安到樂器行，選了一把吉他當禮物。但真正要開始創作，是跟韋金龍到美國住了1年，他發現可以自己寫歌，開始摸索。

## 得了「不敢輸」的病

身為人生勝利組，他習慣避免失敗，因害怕失去肯定而患得患失，而更需要維持被人肯定的自己。韋禮安說自己的順遂，都是社會價值觀定義——家境好、模範生，但他沒有任何成就感，「你只是回答很多對的答案，但沒有真正『創造』任何東西，真正屬於你的創作，那才是成就感的來源。」對他來說，寫歌的成就感來得更直接、更快，像上癮了那樣。

曾經，韋禮安會因為舞台上的小錯誤，或任何出乎預期的發展而產生負面情緒。

他曾在廣州的萬人體育館擔任演唱會特別嘉賓，耳機出現問題，無法聽到音樂，導致跟不上節奏，聲音也失準，「他走下台時，整個人看起來絕望到要崩塌，」韋禮安的伯樂、唱片企劃林建良回憶。

韋禮安的認真與不服輸，家人、同事都見識過。韋禮安有成堆的教材，包括唱歌、發音、表演技巧等，也上網看其他歌手表演片段，琢磨自己的表現。韋金龍說，韋禮安就算回台中，每天一定練吉他、吊嗓子、健身，一刻也不鬆懈。

**我渴望被愛，甚至覺得沒有這些肯定，我就會消失。**

被說唱歌氣不夠，韋禮安就每天健身、跑步、練身體；被說吉他彈得不夠好，他每天練習，讓大家驚豔。

和韋禮安合作4張專輯的製作人蔡尚文說，韋禮安練習的時間都是別人4倍的進度。小巨蛋演唱會前1個月，韋禮安每天都進錄音室，把演唱會的歌單都唱過一遍才安心，光是新專輯的1首歌，就花1個多星期琢磨口氣和氛圍。「他練唱程度，讓我想說難怪他會考上台大，」蔡尚文笑說。

但現在的韋禮安發現，生命沒有規則可循，不再患得患失，開始學習放鬆與放空，甚至是放過自己。

跟剛進唱片公司相比，韋禮安更有把握和自信。因為他適應演藝圈的遊戲規則，也有能力去改變，突破舒適圈。

**「需要一輩子去克服」的難題，就算沒克服，也不代表就是失敗。**





他身邊的人印象最深刻的專輯，就是第3張專輯《有所畏》。蔡尚文說，前兩張的韋禮安還在摸索，不太有定見，直到他拿出歌曲《狼》的demo帶，蔡尚文又驚又喜，發現韋禮安不一樣了。

《有所畏》籠罩黑暗色調，情歌比例甚少，意圖跟主流市場對抗。資深樂評人王祖壽分析，《有所畏》一路反思生存的各種面向，展現年輕世代的焦慮。他不避諱談恐懼、談社會現實，談對未知的不安。

「《有所畏》是療癒的過程，」韋禮安笑說，他終究沒能克服各種恐懼，但至少試圖面對這些「需要一輩子去克服」的難題，「沒有克服，不代表就是失敗，」韋禮安學會抽離，用另一個韋禮安看自己的音樂和人生。

「韋禮安往自己的內心挖很深，」傑米鹿說，韋禮安用盡全力把自己淘空。他又特別善感（sensitive），看在外人眼裡也是如此，他容易將很小的事物放大檢視與詮釋，對內心的迷惘與人性的選擇也看得更透。

他的歌像是宅男用自己的眼光與觀察，和周遭事物對話，建立連結的方式。「他每張專輯都很真，」蔡尚文形容，韋禮安的音樂是一團迷霧，被緩慢包圍後卻離不開。

## 撕掉標籤 不如創造標籤

林建良說，韋禮安會把別人的批評消化後轉化成靈感，下次用創作反擊。實際上也如此。「謝謝那些所有曾批評我的人，批評沒有成就你，卻成就了我，」金曲獎上，他上台說了這段得獎感言。在演藝圈，撕掉標籤太過費力，不如創造標籤。

第四張專輯，韋禮安開始進階玩不同的音樂元素，自己製作的比重也增加。他偶爾的叛逆，是因為不想停留在原地，只拚了命地想變得更好。

## 開始懂得把創作留給自己，把表演給觀眾。

「我以前說過，好音樂一定會被聽見，但是我錯了，我不再相信那句話，」前年演唱會上，他失落又氣憤。經過一年多，面對現實的拉扯，他不斷調適自己，不一意孤行，開始理解音樂需要包裝、行銷與表演。

韋禮安現在的坦然，幾乎所有人都說，是因為他更社會化，也更「無我」，懂得開始把創作留給自己，把表演給觀眾，也更加放鬆，所以他的表演反而更收放自如。

韋禮安用不斷流動的「自己」，去應付變化太快的演藝圈。「更成熟了吧，」多年好友蔡啟文觀察他的改變。那個成熟，是從單純追夢的男孩，轉變為不讓自己燃燒殆盡，面對現實的大人。

30歲了，韋禮安發現自己害怕說再見。不管是放開伙伴的手，或父母的殷殷等候，都讓他措手不及。小時候強悍能幹的外婆，現在因病變得脆弱。所以，韋禮安把死亡與道別的議題放進歌裡，強迫自己面對生命的現實，「生命就是不斷被改變，你會不斷地被拆散，再被重組。」他卻不想跟愛音樂的自己道別。問他想對十年後的自己說什麼，他只會問：「愛音樂的那個你還在嗎？」而他會回答：「我還在。」

在渴求成名在望、掌聲需索無度的演藝圈裡，無時無刻想著音樂的韋禮安，學會給自己掌聲。

採訪當天，他總是哼著電影《樂來樂愛你》主題曲，現在的他，大概像主角一樣，努力追夢，也追那個不需要聚光燈映照，仍顯自在的自己。



# 照顧男不難 育嬰假爸爸們的育兒實踐與感受

工作職場及配偶，將會促使男性更積極分攤家庭照顧責任，

讓社會往性別平等的理想更進一步。

■ 文/李庭欣

試想，你是否願意任職於以下職缺

職 稱：營運總監

工作內容：

1. 具有流動性，多數時間要站著跟不斷彎腰及使用體力。
2. 幾乎沒有休息時間。即使吃飯也需要等同事都吃完畢後才能輪到自己。
3. 身兼很多職，並且要有出色的溝通技巧與他人共事。
4. 必須要放棄自己的生活。
5. 沒有薪資，完全無酬。

「這種工作誰要做？」相信許多人第一時間的答案都是這個，然而這個聽起來相當沒有誘因的工作，實際上有許多人正從事這樣的工作，這個人就是「媽媽」。其實這是 2015 年美國一間卡片公司為了母親節檔期所做的廣告，透過擬真的面試影片帶出「母親無私照顧家庭」的偉大，並於結尾歌頌其美好。

一邊觀看的同時，思緒卻停留在影片中面試者在聽聞上述徵才條件後，不加思索的說「太殘忍」的反應上。除了困惑著，難道一個家庭裡，只能有一位營運總監，女性成為媽媽後，就非得獨自擔起這麼任務之外，隨之也帶出另一個思考問題：「那爸爸去哪兒了？」

隨社會經濟發展的結果，女性投入勞動市場是一不可逆的趨勢，雙薪家庭成為主流之際，過去傳統男外女內的性別分工已不復見，取而代之的是因女性就業所產生的家務、照顧缺口該由誰補滿的討論。尤其要如何在「不錯過小孩成長階段」跟「擁有收入維持生活品質」之間取得平衡，成為重要議題。再加上，近年性別平等意識抬頭，對於家戶內性別平等分工的重視與宣導，都讓在照顧議題消失許久的男性（爸爸）角色，開始受到重視，並讓人思考在女性高度投入職場之際，要如何讓男性也能同等參與家庭。

借鏡高度性別平等的國家經驗，瑞典政府的鼓勵加上育嬰假政策的設計，改變了瑞典男性及整體社會對於男性參與照顧工作的態度及想像（Almqvist, et al., 2011），顯示政策的走向決定人民的行為方向，而一旦人民態度改變，隨之而來的支持力量，例如：工作職場及配偶，將會促使男性更積極分攤家庭照顧責任，讓社會往性別平等的理想更進一步。

而臺灣育嬰假制度的設計，恰好提供父母雙方公平擁有「工作—育兒」生活平衡的機會。以下透過整理訪談七位親身經歷育嬰假歷程的爸爸，一探究竟其育兒心得，及面對照顧、家務分工時的態度，是否受制度影響，藉此釐清臺灣家庭內性別平等分工的可能性。

## 原來工作，比照顧小孩來的輕鬆

首先，實際參與育兒後，爸爸們也終於破除過去的迷思：每天在家照顧小孩很自由、好輕鬆。也因此，幾乎每一位育嬰假爸爸被問到「工作跟照顧小孩，哪件事比較累」時，共識度極高的答案。

親身經歷後所得的體驗，確實也讓爸爸們開始體認到照顧的辛苦與所需耗費的精力。育嬰假的體驗確實讓男性開始學習成為更貼近小孩、參與照顧小孩的爸爸，也讓他們了解到過去去女性（媽媽）全職在家照顧時，並不如外界想像的輕鬆容易。

而育兒過程中所需要的技巧及知識，更驗證沒有天生的照顧者，多數的父親也是在成為爸爸之後，才開始學會怎麼當爸爸。或許更可以期待，在爸爸們親身參與，體察到照顧工作的辛勞之後，在未來若育嬰假結束回到職場時，也能記得這種感覺，而願意主動開始分攤家中的工作。

## 爸爸育兒，讓性別分工更平等

雖然多數爸爸在親身體驗後，紛紛大喊「照顧不簡單」，但若細問育嬰假爸爸們的「一日生活作息」，則會發現其所呈現的卻是跟多數全職媽媽截然不同的生活節奏。

不難發現，相較於媽媽所呈現出來的是一種緊湊的「責任制」心態，爸爸的分享表現出來的生活節奏則是較為緩慢且隨心所欲。另一方面，訪談也發現在這些爸爸請育嬰假的家庭中，家內分工似乎也產生有趣的變化。

過去不斷提倡「分攤家中照顧責任是夫妻共同的事」，希望能夠鼓勵長期因為工作而無法參與照顧工作的男性至少能在下班回到家中之後，幫忙分攤家中的照顧責任，只是最後多數的照顧責任還是由婦女一肩扛起。然而，一旦雙方身分互換，變成爸爸在家照顧、媽媽外出工作

後，下班返家後媽媽較會主動、積極的協助育兒的父親分攤照顧責任，甚至是家中的其他事物。似乎這樣的角色互換，反而實踐夫妻共同分攤照顧、家務工作的理念（李庭欣、王舒芸，2013）。

只是，改變的契機來自於哪裡？



## 育兒紅利讓照顧沒這麼「男」

前段的分享，可以發現育嬰假爸爸的照顧體驗及生活節奏，看似不僅處於「照顧 - 生活平衡」的狀態，更進一步促成了較為平等的家戶內分工。育嬰假爸爸擁有此種狀態的契機，答案或許可以從以下兩段對話中得知。

- 就是我老婆有放假的時候，我就去釣魚，因為我本身的興趣就是去釣魚啊，週末其實大部分，是我的休閒時間。（Frank 老婆：禮拜六禮拜天女兒是我的~）【Frank】
- 因為我沒辦法也不可能 24 小時的顧著弟弟，因為畢竟家人也在，我可能照顧早上這段時間，那下午我爸媽他們工作回來就會幫我。【George】

對育嬰假爸爸來說，照顧是不需要由自己一人獨自完成的馬拉松，而是可以號召許多隊友一同完成的「接力賽」。育嬰假爸爸們所呈現出的經驗與過去文獻對「照顧者」的描述相當不同。過去研究發現以女性為主的照顧者，她們的生活是充滿高壓、犧牲私人時間、無私奉獻的愛的勞務（呂寶靜、陳景寧，1997），而這樣的生活往往使照顧者生活品質降低，對生、心理皆有相當大的影響。

## 媽媽怎麼說

一早弄早餐叫小孩起床弄好小孩讓他們去上學後就要趕快丟衣服到洗衣機後出門去買菜，要趕在十一點前回家曬衣服弄午餐給十二點放學的低年級小孩吃，吃完後會睡個午覺後盯低年級小孩寫功課，還要趁空檔折衣服洗中午的鍋碗，四點中年級小孩放學後要弄點心給他們吃、盯中年級的小孩寫功課，五點就要準備煮晚餐約六點半煮好後弄給小孩吃晚餐切水果，安排小孩洗澡並讓小孩睡覺之後就拖地，這樣一天就過了。【作者：Q庭媽】

## 爸爸怎麼說

照顧小孩，我很簡單啊，我們大概那時候弄一弄，然後快八點的時候就送小朋友去（上學），送我太太去上班，回來這邊快九點了，弟弟大概九點多會睡一下，阿他去睡覺大概睡個半個小時有時候一個小時，我就去洗衣服，洗碗、洗奶瓶啊，就隨使用一用。他起來，就陪他玩一下，到十一二點他吃一點點，又去睡覺。阿你就摸東摸西，有時候累一點就陪他睡覺，睡起來就兩三點了，然後就洗澡，洗一洗玩一玩，他又想睡覺了。如果不要有經濟上的壓力，我覺得照顧小孩是還好……我是覺得還好。【David】

探究造成此差異的根本的原因，或許還是來自於長久以來社會對於男女不同的期待所造成。傳統社會期待女性成為一位好媽媽，總是被要求要負起更大的責任，承擔家中更多的事務，唯有如此，才不愧對於一位「好母親」的稱號。反之，男性在社會中並沒有像女性一定承受如此的期待，因此相對而言，男性在面對家戶內的工作時仍多將自己定位在「協助者」的角色，只需要完成特定的工作，不用將自己奉獻給整個家戶內的工作（Stoller, 1992），亦不必擔心會受到外界責難，這也間接影響男性參與照顧時，可以擁有比女性更多的照顧紅利——擁有隨時準備補位的的替手。

**讓理想不只存在於電視裡，  
更落實在我們的生活中**

前陣子南韓很火紅的實境節目「我的超人爸爸」，透過讓鮮少參與育兒的父親，在沒有他人協助之下，獨自照顧孩子 48 小時。節目拍攝的不僅僅是爸爸與孩子的互動，更也藉此形塑現在社會對於對於爸爸參與照顧與家內事務的理想與期待。透過九位育嬰假爸爸們的心得分享，可以知道臺灣育嬰假制度的設計提供男性跟女性皆有平等享有工作及家庭生活兼顧的權

利，創造在女性一面投入職場之際，男性也能有更多參與家庭的契機。我們從爸爸請育嬰假參與育兒的經驗知道，沒有誰是天生就會當爸爸／媽媽，只要願意學習，每個人都可成為好的照顧者。同時照顧不容易，家務工作更是細膩繁瑣，但爸爸們因為享有延續傳統觀念而來的「育兒紅利」，因此可以在育兒過程中，讓「擁有自己生活」跟「參與育兒照顧」之間取得較好的平衡，而這樣的平衡狀態也應該是不分男女，只要是照顧者都應有的生活品質，為了達到這樣的狀況，便需要透過分工，共同參與及分攤家內的大小事務，彼此才機會能擁有更平衡、更有品質的生活，希望有朝一日，我的超人爸爸，將不只是鏡頭所拍攝出的理想，而將會是你我生活中的日常。♥

文章取自：教育部

108年性別平等教育季刊 NO.87





# 斜槓人生真的適合你嗎？

斜槓青年，就像有超強適應力的變色龍集合多項本領於一身，面對職場的光速變遷，能很快找到自己的生存之道。也因此，現在愈來愈多年輕人，不願意被單一職業所定義，傾向用許多個「/」，打造與眾不同的職涯與個人形象。但在決定是否為自己加上「/」之前，你必須充分了解斜槓世代的機會與風險。

文:鄭閔聲 《Cheers雜誌》2018.07

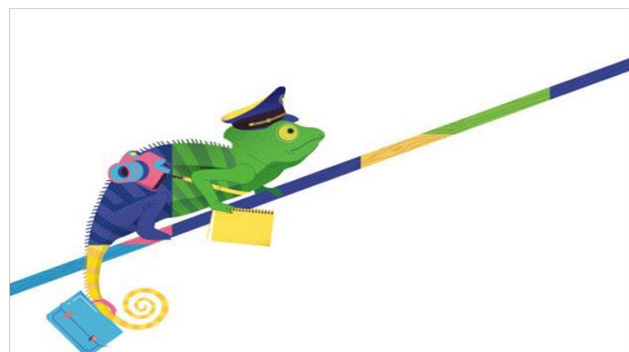
2018年7月中落幕的世界盃足球賽裡，最驚奇的一役，當屬人口僅34萬、首次闖進會內賽的冰島，竟然在小組賽逼和曾兩度奪冠的南美強權阿根廷。34歲的冰島門將荷朵森（Hannes Halldorsson）更因為在比賽中冷靜撲下「球王」梅西（Lionel Messi）的關鍵12碼罰球，一戰成名。

荷朵森的另一個身分，是專業影像工作者。他從16歲開始參與製片，本屆世足賽前，他才接受可口可樂委託，操刀執導一支替冰島國家代表隊打氣的廣告短片。他的雙重身分，除了源於客觀環境因素，也來自個人選擇。

荷朵森從小就受同為守門員的父親鼓勵接觸足球，但在沒有職業聯賽的冰島，足球員如果無法挑戰國外賽事，就必須另外發展謀生技能。始終懷抱足球夢的荷朵森，在電影公司找到正職工作，依舊每天利用午休時段，拎著裝備到附近球場練習，等到傍晚5點下班後，再參加半職業球隊集訓。

2012年起，陸續有海外職業球隊開出合約，網羅球技逐漸成熟的荷朵森。儘管他決心投入職業足球，但因為過去在拍片工作上的傑出表現，電影公司承諾為他保留原本的職務。像荷朵森這樣，同時擁有兩項以上專業的「斜槓青年」（Slashie，以下簡稱斜槓），可不是只在冰島才有。

事實上，「斜槓青年」這4個字，堪稱是近年討論個人職涯趨勢時最熱門的關鍵字，愈來愈多人以「斜槓青年」、「斜槓世代」自詡，而「斜槓



時代」帶動的議題延燒，在全球各地都形成熱潮。回溯這個名詞的起源，則可追溯到律師／作家／演講者馬爾基·阿爾伯爾（Marci Alboher）在2007年的著作“*One Person, Multiple Careers: The Original Guide to Slash Career*”中提出的「斜槓職涯」概念。從那之後，個人在自我介紹時，若要呈現同時具備的多重角色或身分，開始普遍使用斜槓符號（Slash）來區隔與並陳。

## 開啟多元人生：不必然講究收入， 斜槓是一種生活態度

阿爾伯爾提出的斜槓職涯，有一項判斷指標：「以斜槓區隔的每一種身分，都能創造收入」。但10多年過後，「斜槓」指涉的意義已不再全然理性，除了工作範疇的「兼職」、「副業」，還可以是一種生活態度。

暢銷書《斜槓青年》作者Susan Kuang，就為這項概念加入了「感性」成分：「斜槓青年代表的是一種全新的人生價值觀，它的核心不在於多重收入、也不在於多重職業，而在於多元人生。」



其實，「斜槓」絕非現代社會產物，出生在兩千多年前的中國哲學家孔子，就是不折不扣的斜槓代表。

根據《論語》記載，曾有人讚嘆孔子擁有許多才能，簡直是天生聖人（夫子聖者與？何其多能也？）；孔子聽了卻反駁說：「我是因為年輕很貧困，為了謀生，不得不學會做很多小事。」（吾少也賤，故多能鄙事。）

從孔子的言談中不難發現，他一點也不以自己曾經的「斜槓」為傲，反而認為真正的人才應該專注在「治國、平天下」這類大事上就好。但許多生在21世紀的年輕人，卻與孔子抱持截然不同的看法：「成為斜槓青年的目的，不是為了擁有額外收入，也不是為了能夠自由支配時間，而是為了追求更豐富的人生和更完整的自己，」Susan Kuang說。

「斜槓」之所以蔚為風潮，除了千禧世代主動追求豐富完整人生的期望外，也和外在的經濟環境與就業景氣密切相關。當已開發國家的全職工作數量，因為自動化生產、科技取代人力等因素，逐漸趕不上人口成長時，愈來愈多的勞動人口不得不轉而從事兼職或自由工作。

### 增加職涯發展的象限：多元工作組合，著重自我管理的能力

美國自由工作者聯盟（Freelancer Union）和線上工作媒合平台Upwork自2014年起，連續4年委託調查機構進行「美國自由工作研究」（Freelance in America Study）。結果顯示，2014年，全美共有5,300萬人從事自由工作；到了2017年，自由工作者已上升至5,730萬人。3年間，自由工作者成長率足足是勞動人口成長率的3倍；千禧世代從事自由工作的比率，更從38%上升至47%。

在台灣，行政院主計總處2017年11月公布的「106年人力運用調查統計結果」也顯示，去年全國共有80.5萬人從事「部分時間、臨時性或人力派遣工作」，創下歷史新高。

不僅絕對數字增加，年輕勞動人口對於從事自由工作的主觀感受也更為正面。「美國自由工作研究」指出，54%的美國勞動人口對於「現階段工作在20年後是否依舊存在」感到不確定，因而考慮為自己設計「工作組合」（Portfolio），或長期從事自由工作。

台灣yes123求職網5月公布的調查也顯示，有65%受訪者表示，自己曾經在擁有正職工作時，身兼其他工作或職務；更有高達82.4%受訪者，有意願成為同時有兩種以上職務或職稱的「斜槓勞工」。

無論在美國或台灣，選擇從事自由工作的主要理由不外乎「增加收入」、「得以更自由彈性分配時間」、「工作與興趣結合」、「希望不斷學習新技能」、「擔心職務被取代」。

《零工經濟來了：搶破頭的MBA創新課，教你勇敢挑戰多重所得、多職身分的多角化人生》作者黛安·穆卡伊（Diane Mulcahy）接受《Cheers》雜誌專訪時就指出，目前一份工作的平均週期只有3~5年，因此一個人就算擁有穩定的正職工作，還是應該開發多樣化的工作組合與收入來源，為自己建構更堅固的安全網。

近年網路科技與共享平台的蓬勃發展，讓「建構工作安全網」或為自己增加「斜槓」變得更為便利。「今天有許多工作，可以在任何地點被完成。當工作任務可以被隨身攜帶，你當然更容易不斷接下新的工作，」阿爾伯爾分析。不只勞動者傾向從事自由工作，企業也因應科技發展而大幅調整組織結構。瑞士聖加侖大學（University of St. Gallen）2015年發表的《勞動4.0的25項命題》就提到，由於企業可以在透明的全球市場，輕易比較、接觸具高度專業的勞動力，企業將愈來愈不願意依賴固定人力提供特定服務，進而形成新型態的「隨機雇用」（hiring on demand）模式。

同一份研究也預測，隨著愈來愈多彈性、以需求為導向的任務分配，傳統的勞動關係與環境將逐漸被終結。在這樣的情況下，工作時間將是勞工

依個人需求與能力安排的組合，「自我管理」（self-management）因此成為核心能力。

### 掌握優勢：擇其所愛，追求豐富

#### 完整的人生經驗

也就是說，內在的「追求更豐富完整人生的期望」，以及外在的「勞雇關係的質變」，共同掀起了這一波斜槓浪潮。

值得一提的是，無論「從事自由工作」或「非典型就業」的人數，都無法涵蓋既有正職工作、同時又從事其他領域專業的族群。

例如，擁有醫學博士學位的美國有線電視新聞網（CNN）醫療節目製作人／主播／神經外科醫生桑賈伊·古普塔（Sanjay Gupta）、時裝設計師／電影導演／劇作家湯姆·福特（Tom Ford）等。因此，實際上的「斜槓人口」可能比任何統計數字都高上許多。

34歲的Vergil（服裝品牌CLAP共同創辦人／DJ／活動主持人），就是一位統計數字裡找不到的斜槓青年。Vergil大學畢業後，找到一份活動企劃正職工作，但學生時代就熱愛電音的他，偶然看見夜店在招募DJ，於是抱著玩票心態應徵。由於擁有規劃活動的概念，他做起這份播音樂順便客串主持人的兼差，簡直如魚得水，愈玩愈上手後，他索性辭掉工作，當起全職的DJ。

工作結合興趣雖然浪漫，收入卻不比上班族穩定，Vergil坦言，擔任全職DJ的那7年，他也曾因固定合作夜店結束經營，而收入銳減，不得不重新應徵企劃工作養活自己。兩年前，Vergil與女友決定共同創立服飾品牌，即使創業初期忙得昏天暗地，但Vergil始終沒有割捨DJ工作，縱使不像以前一樣隨意接案，但每個月都會排出時間到夜店放歌，「放音樂對我來說，很舒服、很享受，我絕對不會放掉。雖然這個階段，我必須花大部分時間創業，但也許3、5年後，我又可以把重心移回音樂上，」他說。

### 不可忽視的風險：收入不穩，

#### 工作與休息的界線模糊

Vergil的經驗，恰好符合阿爾伯爾歸納出，在開展斜槓職涯前的幾項必備認知：「從個人興趣或原有專業開發新工作」、「每條斜槓未必投入同等時間」、「初期收入可能不穩定」、「能接受工作與生活融合」、「具有忍受挫折的毅力」。

「千萬別低估原有職務的價值，它可以是斜槓的基礎。」阿爾伯爾分析，除非一個人原本就擁有多項專業或興趣，否則工作累積的知識與人脈，是最容易增加斜槓的資源。因此，她建議決心展開斜槓職涯的人，評估不同事業中哪些屬於「定錨」（Anchor）、哪些屬於「衛星」（Orbiter），初期不妨先以定錨支撐衛星。例如，Vergil起先就是靠白天的企劃工作，支撐夜間的DJ事業。

阿爾伯爾從小在雙親經營的旅館裡長大，因為看見父母無時無刻都在工作，她大學畢業後立志找份「下班後能把一切拋在腦後的職務」。但當了幾年律師，她反倒不滿意自己工作與休息時，像是兩個完全不同的人，因此開始嘗試寫作、演講，努力讓「工作」與「生活」更加貼近。

Vergil也是如此，音樂與主持對他的意義絕不只是賺錢，而是讓生活更加完整。

「開啟另一條斜槓的當下，你可能會是現場最笨拙的那個人，」阿爾伯爾直言，一般人即使是接觸與既有工作相關的新專業，多半也需要時間學習上手，但最初的挫折感，往往最容易讓斜槓生涯夭折。例如，荷朵森加入半職業足球隊的第一個賽季，就在關鍵時刻發生離譜失誤，導致球隊失去晉級機會；如果，他因那次烏龍而自我懷疑，日後絕不可能站上世足賽舞台。

儘管為自己增加斜槓的門檻，已隨著科技進展下降，也有愈來愈多人樂意以「斜槓」取代單一身分認同，但並非所有人都適合走入斜槓世界。

## 一個「其他」的人：你還堅信性別光譜嗎？

- 生理性別並不能決定我們的一切，我們都是人，有資格享有平等的權利，所以不管是異性戀、同性戀、跨性別或是其他，我們都該抱持尊重的態度彼此對待。1070131詹雅竹
- 在性別中不應該有性別刻板印象，每個人都是獨立且獨特的個體，要用心去和他人交流，而不是先用一個標準去看待別人，是誰說女生、男生要像什麼樣子，我只是認為，我的樣子、性格，都是自己決定，決定權不是在其他人身。1071012王亦睿
- 非男即女的性別觀念是錯的，我們要打破對性別的觀念，與沙文主義脫離，對於異己的人給予尊重，不歧視異己，這就是民主社會的可貴。1061603朱曦
- 性別本不該被侷限在刻板印象或是其他人的思想與言語之中，每個人都是自己的主人，都有追求自己所愛的權利。1061031盧玉可

## 重新理解你的家庭，那是一切開始的地方

- 家庭是一切的開始，但卻沒有試圖去了解它，在我們長大的過程中，因為沒有對比，也就無法看出自己家庭與他人的家庭有何不同，不要只想著逃避，試著去了解它，使它說得通，也讓自己過的去。1060108許智翔
- 每個家庭都有不同的相處模式和溝通橋樑，父母的想法可能會有跟我們不一樣的時候，但應該要各自講出自己的想法，再一起討論了解彼此，也要能站在對方的立場想想看。1060412王若庭

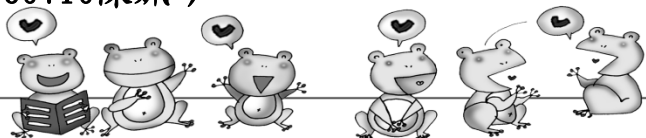
## 79期佳作



## 總覺得別人的生活比你美好？

### 小心你的IG正在傷害你！

- 我對於本期的Instagram文章有很深的感觸，特別是在「你的焦慮，也許是Instagram給你的」這句話，發現了我們很容易沉迷於網路世界中，很多時候，大家會經由「別人的發文看起來過得比我好」，而去降低自己的價值，也許我們不該一昧的去看別人的行頭和發文來看低自己，多想想自己所擁有的，而不是一再看IG而卻感到空虛。1071125陳姿云
- 我們在社交媒體上看到都是他人精心製造出來的「結果」，卻反射性忽略他們在承受的過程中掙扎著，因此，這種落差會讓我們感到痛苦與難耐，但我們是可以選擇減少落差感的！1060710陳佩岑



- 對於「我們與惡的距離」這部具有教育意義的連續劇，感觸非常多，一個人若是犯了大錯，罪是無法抹除的，但我們首先要去了解這件事情背後的動機，如何去預防社會再發生相同的慘案，也不要只當鍵盤手，還沒釐清任何事情之前，都不該做那些自己所謂「聲張正義」的愚蠢行為。1071535謝紫陽

- 我們常會選擇對自己而言最輕鬆且最安逸的那條路，但自己認為的舒適圈或許並沒有所想的舒適，而心中有了這些想法之後，不如試著去踏出腳步去吧！或許能成為更好的人！1072220施侑妍