

斜槓主播蔡尙樺

靠自己走出一條繽紛的人生道路



採訪 / 撰寫：桑晨瑜、陳怡安

一個秋日的早晨，因緣際會得到了一個機會能和蔡尙樺主播聊天，聊聊生活、聊聊夢想。

在見面之前先查了一些關於蔡尙樺的資料，她就讀政大雙主修經濟及法律，畢業後直接進入電視台工作，曾任記者、儲備主播、東森財經主播，和各類型節目主持人，可謂「斜槓人才」的代表人物。究竟是什麼原因讓蔡尙樺在人生的道路上做出這種轉變？在這過程遇過什麼樣挫折？要成爲一個斜槓的人才又該做足哪些準備呢？



隨時做好準備， 面對新挑戰時就能迎刃而解

蔡尚樺自高中起參與了許多課內外的活動，使她在面對大場面時也能保持穩健的台風。儘管自覺是個不太會緊張的人，她仍坦言自己的第一次播報整場耳鳴，耳朵彷彿是被飛機氣壓塞住一樣。她還以為自己第一次播報會同常人一樣，不停吃螺絲，不過她整節播報卻只有第一句話是：「晚安歡迎收看華視晚間新聞，我是蔡…蔡蔡…蔡尚樺。」，其餘都很順利，可見從小活動經驗為她的口條奠定下良好的基礎。

主播在播報初期遇到最大的問題是不太會運用自己的聲音，常常在連續幾個小時的播報後聲音就完全沙啞，有次甚至完全發不出半點聲音，直接「鎖喉」。為了解決這個問題，問了很多前輩，試了各種方法，最後發現只要想像自己是在跟鏡頭聊天，心態輕鬆後，自然就不再有這個困擾了。

「平常口齒不清晰的人就需要多唸，先把發音咬字練習唸得清楚。」蔡尚樺說，她建議同學們可以試著對鏡子講話或以錄影的方式，注意自己講話的樣子，不僅利於改善咬字及表情上的缺點，更能增強自己活用聲音的能力。除此之外，平常多觀察別人、充實自己也是非常有幫助，例如看《商業周刊》時，蔡尚樺就會將專欄內的佳句做紀錄，變成一個自己的資料庫，多說幾次後，吸收內化，下次講到相關主題時，它們就會冒出腦海，自然而然地增進了口條能力。

面對不同意見時要智慧地溝通， 彼此尊重才能找到平衡點

從小時候開始，蔡尚樺就一直是個奮發向上的好學生，依照著父母的期許一路讀到政大並雙主修經濟和法律，然而，畢業後的她卻選擇進入電視台當儲備主播，不再做一個安於現況的「乖小孩」。

在當儲備主播的第三個月，媽媽的態度十分強硬，要求蔡尚樺先讀完研究所再進入職場，甚至為此和她冷戰長達一個月。面對這樣意見相左的情況，蔡尚樺說道：「父母會給你的意見，是因為他相信那是對你好的。」或許他們不熟悉現下社會的變化或趨勢，但初心都是希望孩子能夠有好的發展與成就。

年輕人可以試著告訴父母自己完整的職涯規劃是什麼，使其相信這麼做是具有前瞻性的；同時了解父母的期望，找出平衡點。以蔡尚樺為例，父母的要求是完成碩士學位，自身的理想則是想要先當主播，彼此溝通了解後，她選擇讓自己辛苦一點，做好主播的工作以實現自我理想的同時，努力考上台大商研所，最終也獲得了肯定。





面對流言心胸坦蕩， 多一個敵人不如多一個朋友

「他可能今天就是想先把你捧上去再傷害你，所以當你要承受那個被捧的過程，那你就接受他們對你的謾罵。」

去年發生了王先生新聞事件，蔡尚樺前往有正式邀請函的媒體餐敘，想不到，當時拍的一張大合照竟被媒體誤會，並過度渲染。網路上的一片罵聲，造成鮮少應酬的蔡尚樺很大的打擊。「爸媽問我要不要告他們、告雜誌、告每個說我的人，可是還在這個行業工作，如果告了我也就得罪所有人，無處可去了。」她無奈地坦言，「那些記者都會打電話來道歉，然後拜託我生一點梗給他們寫新聞，即使說真的沒有了，他們回答：『我們也知道你不是啊！』，但還是寫，寫得很難聽。」同樣都是在媒體業打滾的人，蔡尚樺知道大家只是想要有「料」。

這個世代的人們，只想相信自己想相信的事，只想看到他們既定的這個人的模樣，所以即使發了聲明稿，還是無法扭轉什麼，不如一笑置之。儘管受到極大的傷害，蔡尚樺並未選擇報復曾經報導過負面新聞的記者們，反而是保持友好的關係，並以輕鬆幽默的方式回應惡言惡語，有些人後來成了朋友，除了下筆留點情面，也會在事前建議如何應對新聞，或在文末順帶幫忙澄清。

不要畏懼新的事物， 替自己找到價值

25歲時，蔡尚樺擔任政論節目的主持人。年紀尚輕的她，根本無法與當家大主播平起平坐，只能被當成節目的花瓶，而這樣的壓力也讓她產生不一樣的思緒及行動，開始讀起早期政治人物的傳記、惡補許多政治新聞，逼迫自己在工作中去學習新的事物。後來趕上直播的熱潮，蔡尚樺每天下了節目就把其中不錯的內容統整成「十分鐘說新聞」，說給大家聽，不再僅僅是播報，她找到新的方式表現自己，亦有了更多學習成長的空間，替粉絲團增加了不少的人氣，很多民衆就是藉此認識了「蔡尚樺」。主持政論節目的經驗也使得她從另外一個角度認識許多政治人物，也讓我們看見每個難難都有跨過的辦法，每件事每個人身上都有值得學習的地方。

結語

即使走過風風雨雨，蔡尚樺如今卻能很親切地和我們笑談這些過往，拍照時還打趣的說道：「拜託不要放我素顏拿雞蛋的照片！」期待透過這次職涯經驗的採訪，可以讓有志往新聞媒體產業發展的同學對未來少一點迷惘，多一點方向，也鼓勵所有的年輕學子增進自己的內涵，做個對社會有貢獻的斜槓青年！然後你會發現，所有生涯難題都迎刃而解，好工作也就近在咫尺了！