

114 年 5 月每月一書「每個人都是精神官能症：一位精神科醫師的成長筆記」
延伸閱讀資料

1			
書名	精神科醫師養成筆記：哈佛醫學院精神科的見聞、教導與領會	北市圖索書號	415.95 5026
作者	亞當·史登		
出版者	行路		
出版時間	2023 年		
作者簡介	<p>亞當·史登 (Adam Stern)</p> <p>亞當·史登是哈佛醫學院的教學醫院「貝斯以色列女執事醫療中心」(Beth Israel Deaconess Medical Center) 的精神科醫生、哈佛醫學院助理教授，曾在各大新聞媒體與專業期刊撰寫他的行醫經歷，包括《紐約時報》、《波士頓環球報》、《新英格蘭醫學期刊》、《美國醫學會雜誌》與《美國精神醫學雜誌》等。</p>		
內容簡介	<p style="text-align: center;">行醫之道沒有標準答案，精神醫學這一行尤其如此 ——左右治療結果的，除了生物介入手法是否見效之外， 醫師能否與病患建立連結、進而合作，也同等重要。</p> <p>身為精神科醫生，史登希望精進自身技能，「在病患停滯不前時推他們一把；當患者墜落時及時接住他們」，幫助那些深受精神病困擾的人「找到並成為最好的自己」。然而在加入精神科住院醫師訓練後，他不斷受到震撼教育——來自周遭同學、職場環境、醫療體制，以及各種病患的疑難問題……</p> <p>在這本回憶錄中，史登聚焦於參加培訓的住院醫生，記錄下他們成長為專任醫生的歷程，包括四年培訓期所遭遇的人生抉擇、醫病雙方的互動情形、病患的處境與轉變等等，強烈衝擊他個人情緒的經驗，以及對這些經歷的因應與省思。過程中他發現，受訓的醫生不論是否出身名校，都普遍缺乏安全感，對外求助、求教，是度過難關甚至成為成熟醫者必經的歷程。幸運的是，史登堅持了下來，並且順利完成訓練，在探索如何幫助病患尋求更美好人生的同時，自己亦領悟了失敗的意義與成功的珍貴，同時學習了人生中關於愛與失去的課題——最終，他也懂得如何指導那些希望成為精神科醫生的後進。</p>		

書名	玩聲音：聲優 30 年的養成筆記：用聲音打動人心 不藏私秘技全公開	北市圖索書號	987.44 7582
作者	陳美貞		
出版者	麥浩斯		
出版時間	2019 年		
作者簡介	<p>陳美貞 軍中電台主持人 中央電台導播、編撰、主持人 配音工會及各培訓班講師 陳美貞工作室聲音導演 青島哆啦夢工場影視傳媒有限公司藝術總監 藍胖子聲優偶像培養計劃創始人兼首席講師 泰國曼谷北部大學中文國際學院客座教授 燕京理工學院傳媒學院特聘教授</p>		
內容簡介	<p>配音員就是用聲音演戲的人，也就是「聲音演員」或稱為「聲優」，一般人用自己的聲音表達情緒是日常，可是專業的配音員必須用聲音為不同的人、不同年齡、不同個性的角色灌注靈魂與風采，給予聽眾及觀眾豐富的聲音饗宴。</p> <p>作者陳美貞，在台灣為哆啦 A 夢配音 20 多年，2019 年乘著聲音的翅膀，展開了台灣與大陸這個角色同一人配音的奇妙旅程，成為「兩岸哆啦 A 夢配音一姐」，並且陸續展開兩岸聲優培訓計劃，將 30 多年的配音經驗分享給大家，期待培育更多新血加入配音行列！</p> <p>配音是兼具夢幻和專業的工作，夢幻在於這是一份多采多姿的工作，可以看到第一手最新的戲劇、動畫或電影，工作時常常在一天之中，彷彿過了好幾種人的人生。</p> <p>然而夢幻的背後需要有專業支撐才能走遠，配音不是會說話就行，配音的類型不只侷限於戲劇而已，舉凡廣告、旁白、卡通、動漫、遊戲、有聲書等等都包含在內，演員演戲可以照著自己的情緒去發揮，但是配音不同，配音員必須按照演員既有的表演和動作去執行，有時還要適當的修飾演員過度或不及的地方，配音員不僅是聲音的魔術師，也是聲音的化妝師！</p>		