

全校輔導傑出導師專訪—— 心理學系 龔俊嘉教授

撰文：外文系 官詠馨

訪談：心輔組 鄭淑惠、林淑娟、外文系 官詠馨

置身社科院大樓中，能感受到濃厚的學術氣息。然而在俊嘉教授身上，我們並未感受到嚴肅肅殺的學術感。取而代之的，是建立在深厚專業能力之上，一種令人安心的大氣、坦蕩與從容。

對錯誤的獨特詮釋

一談起自己的專業領域，專精於認知心理學的俊嘉教授，眼神裡總閃爍著熱情。對於「語誤 (Slip of the tongue)」現象，他有著十分獨到而令人印象深刻的見解。

「大家想想看，我們有時說話不小心講錯，但大家聽著聽著好像也就習慣了。」教授笑著解釋，在語言心理學中，關於這類現象還有個著名的詞叫 Spoonerism。教授舉例向我們說明，一位講話常不小心把字音顛倒的外文系教授原本想罵一句不文雅的話，出現語誤後卻變成了無意的幽默。

對俊嘉教授而言，「錯誤」「失誤」等詞彙似乎不帶有明顯的負面意義，或者等於失敗。身為心理學者，他深知人類的大腦與感知本來就充滿限制，而錯誤，正是一道反映大腦運作機制的窗口。「大腦在構思一句話時，要把對的字詞放在正確的順序上，只要中間任何一個環節偏離，就會產生語誤。」在俊嘉教授口中，「錯誤」成了學者們研究的素材，而以這種角度談論失誤的方式，恰恰映照出他面對各類學生的開放態度。

樂於挖掘學生潛力

「說真的，我其實也不知道一個人的 Potential 到底有多少。」談起那些在體制或成績上或許不那麼亮眼的學生，教授眼中沒有評斷，反而多了一份對未知的期待與驚喜：「但也因為這樣，他們常常讓我眼睛一亮。」

俊嘉教授分享了一段令他印象深刻的往事。一次在醫院咖啡廳巧遇一位個性比較內向、邊緣，平時不愛參加導聚、只沉迷於電動與音樂混音的學生，學生好奇地問起

教授的研究，俊嘉教授隨口邀請他進實驗室參觀，竟成了發現學生潛能的契機。「那時候實驗室沒什麼人，他就這樣默默地來了，甚至常常待到深夜，連我要下班回家吃飯前，都還看見他在電腦前專注地工作。」

在俊嘉教授眼中，學生好像沒有「教不動」或「不夠優秀」的差別，只差在潛力是否被看見、被適當磨練和發揮。只要給予適當的機會和嘗試空間，每一個獨特的靈魂，都能在被看見的那一刻，綻放出屬於自己的光彩。

互相成就的真誠

從俊嘉教授的話語中能發現，他眼中與學生的關係，比起上對下，更接近彼此互補、學習。

例如，在推廣EMI課程的過程中，教授曾收到匿名學生質疑自身的英文能力。但他並未擺出不容質疑的態度，反而坦然面對自己的不足，並把只能以英文溝通的外籍學生當成英文學伴，把握每次日常對話中和他練習說英文的機會。「在台灣待久了，一個人對著台下講英文真的很無聊，但那個不擅長講中文的學生，讓我們只能用英文對話。對這個機會，我非常非常珍惜。」

談起與學生的合作，教授語氣裡亦看不見長者的權威，滿是對學生的佩服。他笑著分享，曾有位學生打造出一個極其強大的研究成果，讓所有教授驚豔不已。然而，這位學生雖然具備強大的技術實力，論文口試時卻不知該如何用學術語言去詮釋與結構化自己的發現。「那時候我就去跟他討論，慢慢去catch up他到底做了什麼。了解之後我跟他說：『我懂了！你做得非常棒，接下來這段敘述，我來幫你把它講清楚、寫明白。』」

教授坦言，許多學者習慣在學生面前扮演「無所不知、引領一切」的角色，但他很早就體認到一件事：不論人的精力與定位都會隨時間改變。「從junior一路走到 senior，我們不可能永遠站在最前線寫程式、親自跑每一個技術細節。我們能做的，是升華到宏觀層次去思考問題，引導研究方向。」學生有強大的執行力與創新技術，而教授有研究的思維與論述框架；學生需要教授協助把成果脈絡化，教授也需要學生的回饋來激發新想法。在教授的哲學裡，承認自己的限制並不可恥，反而是展現對專業的敬畏。他不把自己定位成居高臨下的權威者，而是攜手並進的夥伴。正是這種「彼

此互補、互相依賴」的開放心態，讓他的研究室成為學生激發潛能、安心綻放的最佳土壤。

增進學習成效與維持身心平衡的秘訣

不論讀書、做研究，許多人都會陷入對專注時長的迷思，認為做越久、越逼自己，得到的成果就會越多越好。但，俊嘉教授不這樣想。

談起國外求學的時期，教授語氣裡不禁俏皮起來。他特別懷念一種稱為Ice cream meeting的活動，大家一同外出吃點心、悠閒地邊吃邊聊研究，研究靈感就在這樣愜意的氛圍中悄悄誕生。「我記得很清楚，我的博士論文題目就是這樣聊出來的！」教授笑著回憶，當時他在路上注意到鳥叫聲與大腦反應的連結，便隨口和老師聊起這個想法。沒想到隔天老師興奮地對他說：「俊嘉，你昨天在路上講的那個idea真的太棒了，我們就用這個當你的博士論文主題吧！」隨後更主動幫他尋求各方資源。一個看似不起眼的小休憩，竟成了學術生涯的重要里程碑。

除了認可身心放鬆對於學習的重要性外，「規律運動」更是教授多年來維持高強度專注力與身心平衡的核心秘密武器。這份體悟源自於他剛回台灣教書時的身體症狀，當時面對排山倒海的行政開會、教學與研究壓力，大腦長期處於高壓繃緊狀態，甚至一度出現血壓飆高到完全無法工作的狀況。在另一半的陪伴與叮嚀下，教授開始嘗試走走路、跑跑步，這一跑，就持續了十幾年，後來更加入了游泳等多元運動。

「運動真的對大腦與身心帶來很大改變。」教授分享自己運動後的真實狀態，「常常跑完步、游完泳，拿濕毛巾把身上的汗水擦一擦，一坐回電腦前跟學生開始討論、寫paper，那個專注度與動能高到簡直停不下來，效率高得嚇人！」他也笑說，導師當年也是如此，寫論文寫到一個階段就跑去騎單車，騎完回來繼續靈感大爆發，這就是一種讓大腦徹底休息、再以高效率活化的極佳循環。

從一支冰淇淋的戶外時光、一場酣暢淋漓的汗水釋放，到各種休閒場合中結交的知己，教授用他十幾年來的日常生活，向學生示範，身心靈的平衡是維持續航力的關鍵秘訣，只要找到自己的生活節奏、把時間有效利用，在「日起有功」的日積月累下，研究的成果與生活的幸福感自然會隨之而來。

真誠無比的身教模範

「英國著名科學家法拉第在獲選皇家學會院士的那天晚上，推辭了維多利亞女王的晚宴邀請，只為了去陪伴一位即將離世的教會姊妹，為她唱詩與祈禱。對他來說，這遠比皇室的召見更加重要。」

俊嘉教授談起偶像的故事，眼神格外堅定。他認為，若從更宏觀的視角來看，世俗的名聲、頭銜與財富終將煙消雲散。真正能讓人記住一輩子的，是一個人的正直、真誠與信念。「不論做出來的學問是否偉大、一輩子能有多大成就，至少要能坦然地說：『這是我自己。在那個當下，我相信它是對的，我有自信；如果有人指出我的錯誤，太好了，告訴我哪裡錯了！』這種追求，才能走得長久。」

而這種真誠對己對人的價值觀，也深深滲透在教授的教學與導師日常中。在與學生的相處上，他從不架起高高在上的權威姿態，而是將學生視為獨立且平等的個體。

「我只是比他們早出生了幾十年，經歷了不同的文化與時代。我分享我的看法，但也知道每個學生都有自己的角度與成長軌跡。」俊嘉教授表示，自己也是當了老師之後，才寫信感謝碩士班導師，並發現自己居然一直沿用著當年老師的講義與教學方式。「教學與陪伴就是這樣，我們做出了示範，學生未必當下懂，但這份影響力會像種子一樣，在他未來的某個時刻萌芽。」

令人敬佩的是，這位獲頒傑出優良導師的學者，身上完全沒有「萬能完美」的包袱，反而充滿了極其珍貴的反思性。他從不掩飾自己的不完美，談起有時因為情緒或心急，不小心嚇到前來找他簽名的學生，或是剛回台灣教書時，用比較直接的方式叫醒課堂上睡覺的學生，事後在匿名意見表上看到學生寫下：「老師叫醒學生可不可以不要那麼粗魯？」他都沒有惱羞成怒，而是笑著承認、坦然檢討：「好，我知道了，以後我會改進。」

甚至，面對現代師生關係的轉變、面對預計要來的研究生臨時放棄入學等事件，教授也展現出成熟豁達的心態。在他看來，生活中每天都有歡喜與不那麼令人高興的事，最重要的不是固執於結果，而是「做好自己該做的事」。

在教授的辦公室裡，默默收藏著許多年來學生寄來的感謝信與隻字片語。在忙碌或疲憊時翻看，那些真摯的反饋讓他深刻感覺到這條路並不孤單。沒有刻意的說教，沒有高深的口號，教授用他的坦蕩、反思與真誠，為「身教」做出了最深刻的詮釋——以一個真實且不斷學習的靈魂，去深深影響另一個靈魂。