

# 華盛頓大學傳播學系 2021 年畢業典禮演講中文（繁體）全文翻譯

華盛頓大學傳播學系主任 Christine Harold 教授開場致辭：

本篇演講由 Angela Liao 翻譯

各位 2021 屆的畢業生們，大家好！歡迎你們，也歡迎所有的親朋好友！我是 Christine Harold。我是傳播學系的主任和教授。我今天非常高興能夠成為在這個前所未見的美好時刻恭喜各位的第一人。

真的非常高興在過去幾年中能夠教導你們其中一些人，或看到你們走在傳播系教學樓的走廊上，或在華盛頓大學的紅場上聽到你們的演講，聽聞你們的實習經歷、獲得獎項、以及畢業後的計劃和目標。對我和我的同事們來說，真的非常榮幸能夠有你們在傳播學系的大家庭裡，特別是在今年。在這個特別混亂的時刻，你們所展露的韌性、同理心、堅持、以及幽默感都是多麼的振奮人心！

我能理解這樣的典禮形式並不是你和你的親人所期盼的。我們也一樣。就像你們的家人，我們也都曾期待在你們走過台前領取畢業證書時能和大家握手、擊掌、甚至擁抱。雖然線上版的慶祝或許都不是我們的第一選擇，但我保證這一定會是一個我們所有人都難忘的一天。

我希望你們在華盛頓大學以及傳播學系的這些日子能成為你們心中的一盞明燈，帶領你們前往下一階段的冒險，不論是在理想的職場圓夢、為自己所捍衛的立場發聲、建立意義深遠的人際關係，或領導他人以朝向更加公平正義的未來。

儘管如此，這一年的確是困難重重。或許，你們心中理想的火苗在現階段還充滿了不確定感，甚至會讓你們感到心力交瘁。若是如此，請記得這都只是暫時的，而且你並不孤單。若這是你的話，我鼓勵你給自己一些空間去調整呼吸、去休息、去反思。火焰終究需要氧氣助燃，而我相信你們若能去滋養那無庸置疑存在於你們心中的餘燼，靈感不久後就會前來敲門。

也許你們的火焰正精力旺盛的燃燒得發亮，但卻在你們無法控制的風吹拂之下顯得有些漫無目標。若這是你，你也並不孤單。我鼓勵你偶爾試著安靜下來，去利用象徵智慧的煤塊為火苗添加燃料。火焰需要界線或容器限制，才能讓它燒得旺盛卻不擁有破壞性。而想讓自己維持在選定的道路上更需要紀律。這並不是指那種充滿指責與懲罰的嚴苛、不可改變的紀律，而是一種針對好習慣、工作重心以及支持關係的一致、可靠的結構。這樣的實質架構將能開導你向期望的目標邁進。

火焰也是會轉化的。在我們越去專注在我們自己的心靈之火的時候，我們越不容易受到其他資訊、想法、挑釁、炒作、或耳語等風聲所影響。我們當然可以接收這些訊息，但我們更要用批判性的思維去處理它們，並磨練自己分辨有用和無用資訊、寬容者和頑固者、以及真實和虛構之間差異的能力。

最後，火焰也能溫暖人心。它能讓人們凝聚成為一個大家庭。對我們大多數人來說，這一年充滿了孤獨和距離感。但我們也發現了能讓彼此聚再一起的創新方法，得以讓我們享受友誼、共享學習、與共同合作的光輝。不論在什麼情況，線上、線下、甚至是其他，我都鼓勵你們用溫暖和真誠持續培養自己的人際及事業關係。我們在這一年中了解到我們或許比自己想的還要更需要彼此，而且不管這有時會讓我們感受如何，你們都不孤單。我們很榮幸能稱呼你們為華盛頓大學傳播學系的畢業生。而我們也邀請你們在未來的幾年都能持續享受這個大家庭所帶來的溫暖。

我們為你們感到高興。我們相信你們。而我們也迫不及待地想看你們未來的發展。祝賀你們！

**華盛頓大學傳播學系主任 Christine Harold 教授介紹畢業演講嘉賓：**

*本段講話由 Sam G 翻譯*

現在，我很榮幸地介紹我們今天的畢業演講嘉賓。他是由我們的傳播學系畢業生同學們選出的，來自華盛頓大學健康指標和評估研究所的 Vin Gupta 博士。今年，Vin Gupta 博士因為在 CNN、MSNBC、《今日秀》、半島電視台、以及 CBS 新聞當中為人們解答有關新冠病毒的問題而變得為人們所熟知。Vin Gupta 博士是一位畢業於哈佛大學的重症醫學專家和肺科專家。在華盛頓大學任職的同時，Vin Gupta 博士還擔任了亞馬遜的新冠疫情應急部門的首席醫療官、拜登-哈里斯總統過渡團隊的新冠疫情醫療顧問、以及西雅圖海鷹隊新冠疫情的醫療顧問。

儘管我不確定 Gupta 博士是否曾夢想過他的肺科醫學專業知識會把他推到全國的聚光燈下，成為我們在公共衛生領域最值得信賴的消息來源之一，但他在這個位置上表現得很出色。Gupta 博士的溝通目的很明確。這是一種通過受人尊敬的工作所獲得的權威。他在一個充滿不確定性、政治姿態、和虛假信息氾濫的時期捍衛著科學的事實和基於證據的真相。

在美國，當我們開始走出這場疫情最嚴重的階段時，Gupta 博士提供的信息和見解與以往一樣重要。Gupta 博士所倡導的健全的公共衛生信息和政策表明良好的、合乎道德

的沟通交流在我們的公共領域發揮著至關重要的作用。正如我們今年在許多方面看到的那樣，有思想的、實事求是的、有同理心的交流確實有能力拯救生命。我非常感謝 Gupta 博士今天能抽出時間給我們做演講。我很榮幸，現在把虛擬麥克風交給他。請大家和我來一起歡迎 Gupta 博士！

## 畢業典禮演講嘉賓 Gupta 博士講話：

本篇演講由 Wendy Chen 和 Angela Liao 翻譯

大家好，很榮幸可以在這個特別的日子——你們生命中最特殊的日子之一——大學畢業這一天，來到這裡與你們交流。

我真的很高興能夠與未來傳媒領域的領導者們交談，無論你是未來美國的新聞秘書、未來的總統，還是一家大公司中的發言人，或者是一名記者，你正在進入一個從未像現在這樣重要的領域，坦白說，在接下來的幾年，如果不是幾十年的話：大眾傳播媒體。

我們如何與公眾溝通，我們說什麼，我們怎麼說，正如這場過去 16 個月的疫情所表明的那樣——沒有什麼比有效的溝通更重要的了；清楚、清晰、以證據為基礎——來自有效的信使。

我對你們所有人踏入這個領域感到非常興奮；沒有比這更好的時候了。我知道近期的大學生活對你們所有人來說都是出乎意料的，尤其是經歷了與社會疏離的大四——可能包含你大三的一部分——所以會有很多意想不到的曲折，但你會得到一個強勁就業市場的回報；人們渴望你的技能和通往頂端的機會！為此，我想談談我在本地以及全國的各種平台上學到的一些東西，與人們談論像是 Covid 等複雜問題，以及他們如何保護自己和親人的安全。

我將在這裡介紹一些我希望會對您有所幫助的策略，如果您有任何問題，我鼓勵您通過 uw.edu 的 [v\\_gupta\\_vgupta](mailto:v_gupta_vgupta) 聯繫我——[v-gupta](mailto:v-gupta)——，因為我不可能在短短幾分鐘內回答所有的問題。如果您有任何疑問，如果您正在尋找導師，或可以幫助你指路的某個人——我有很多導師幫助我，所以我想盡我所能提供幫助。請和我聯繫。

為此，這些是我想在今天這個非常簡短的時間內討論的策略：自信勝過肯定；提供可操作的建議；與人會面；以講故事為主導；引導同理心；並保持樂於助人。

我將先從自信勝於肯定開始。我想首先討論這個信心勝過肯定的概念，以及為什麼我認為我們所有人都正確理解這一點很重要，並準確地理解我在這裡指的是什麼：這就是我們一直在談論的方式疫苗。我們一直在努力傳達對科學的肯定，但我們真正需要表達的只是信心——我們對什麼有信心？

你們會看到這個——這是紐約時報的頭條，關於阿斯特捷利康疫苗的有效率是 79%——我對此提出了一個問題。我在社交媒體上發了一則推文，基本上從目前的狀況來說，這並不是一個正確的標題。在我看來，有效性是我們所相信的。科學有效性——實際上意味著什麼呢？意思是：“疫苗會讓你遠離醫院嗎？”在現實世界中，這就是我們所說的“疫苗有效性”的定義。

疫苗的功效是：“疫苗能預防輕度疾病、無症狀疾病嗎，還是讓您遠離了重症監護室？”是的，阿斯特捷利康疫苗（AZ 疫苗）的有效性為 79%，但實際上它在讓您 100% 遠離醫院。然而，一個主要的新聞媒體，以及許多其他媒體——我只是指的是《紐約時報》——一家主要的新聞媒體說 AZ 疫苗是 79% 有效。然而實際上是 100% 有效。這就是我們需要向人們傳達的信息，可是我們沒有。

為什麼這很重要？你知道你們所有人都將進入一個需要技能組合的領域——一個重要的技能，理解細微差別，但只需要傳達必要的事情。所以，你了解複雜性，但你沒有傳達複雜性；你傳達其他人所需知得東西——表達觀點，告知人們。至少，這就是科學傳媒的重點。以及有效的科學傳媒（這就是一些科學家喜歡談論疫苗的方式，例如：，Sputnik（新冠疫苗）對 B117 變種病毒的有效性為 92%，但是對 B1351 變種病毒的有效性為 43%。”

這說不通。真的很讓人困惑。我們已經看到有些人在國家電視平台上試圖讓人們實時瀏覽這些數據，但實際上，這些只有讓人們感到困惑。我們真正需要關注的是關鍵性的東西，向人們傳達我們覺得有自信的東西，而不是太注重科學確定性，就像這個表格：

這真的非常重要。這裡，當我們談到如何思考有效率的溝通方式時——我想帶上這張簡報，因為我認為這是有幫助於思考效率溝通的方式——有的時候不是我在對你多說，或者你在跟其他人交談，但有效率地使用社交媒體，或者有效率地利用圖形和視覺效果來傳達那些需要用一百個字解釋的東西。

我在試圖傳達的是，我在推特上發布了這個：這些是我的一個病人的斷層掃描，右邊的病人患有嚴重的 Covid-19 新冠肺炎。左邊的肺是正常的——是健康的肺——重點是，「嗯，疫苗，美國所有疫苗的有效率都有近 100% 防止你的肺看起來像右邊的肺——

樣（此指不健康的肺）。展示出來要比說出來容易得多，尤其是在一個政治、分裂、和猶豫佔據主導地位的地方。有時候你只需要用一張圖片進行講解。

因此，當我們討論信心以及確定性時——關於在複雜空間中你應該與人們交流什麼——利用所有你可以使用的媒介。不要只是說話；不要只是假設書面表達或口頭表達就足夠有效。使用所有可用的工具：影片、引人入勝的鏡頭，或圖形——因為這才能真正有效地傳達重點。

我不會在這裡花太多時間，但有一個關鍵的信任——這也是每當我擁有一個平台時我總是嘗試著去做的事情——就是與那些我知道可能正在觀看的隱形觀眾建立盡可能多的信任。根據你的職業發展方向，有一部分將會是為人們提供可行的建議。當然，如果你是一名新聞報導的記者，你必須保持在工作範圍內，但我確實認為我們所有的人在傳媒領域中，都能夠為人們提供可行的建議——他們能做什麼來保證自己安全的建議。在這種情況下，去哪裡尋求治療。

我並不是總是這樣做——我最初是在節目中會談論事情有多糟糕的人——然後我意識到在某些時候這削弱了屏幕另一邊的對方對我的信任；他們不想只是聽到壞消息……他們需要幫助，他們需要能夠保證安全的建議。因此，信息獲取的民主化——可能複雜或難以理解——將為人們提供有用的信息（在這種情況下，尋找治療方法；單株抗體）。這是一個建立信任的好方法，因為人們會說，「好吧，他在照顧我；她在照顧我。」

世界各地都存在信息不對稱的現象，尤其是在醫療保健的領域，能夠獲得信息的只有那些擁有網絡的、能理解複雜語言的、或是能知道去哪裡找的人。這不僅僅是 Covid 和單株抗體——還有很多範例。你越是專注於解決這些不對稱的問題以及獲得好的信息，我向你保證這會讓你得到更多的觀眾，或是閱讀或聆聽你作品的觀眾，因為這會讓他們更加信任你。

建立信任的另一個關鍵部分是嘗試站在人們的角度。這是我們一群人幫助西雅圖水手隊在 T-Mobile 公園安全重啟訓練的照片。其中一個指導原則是取理解人們會去棒球場，他們會去旅行，他們會做一些在這幾個月中我們一直在說：“請不要做”的事情。這為我們提供了繼續與他們接觸的機會——例如，那些可能不想接種疫苗或是不願戴口罩的人——這是一個很好的機會對他們說：「你可以這樣做，但是如果你願意接種疫苗或配戴口罩，並且繼續保持社交距離，則更可以保持安全。」有機會提供激勵措施，以便人們可以做正確的事情來保護自己和他人，同時享受他們長期以來一直喜歡做的事情。因此，再一次，站在他人的角度下，制定他們看得懂的（對他們有吸引力的）溝通和條款，可以幫助你實現自己的目標。

這是另一張我的一位同事在西雅圖水手隊的俱樂部會所與球員交談的照片，其中一個我嘗試使用的策略——無論是與職業運動員還是與其他職業的人們溝通——都以講故事為主。我無法告訴你這個策略，在試圖接觸人們、試圖讓事情變的真實、試圖在建立情緒易感性的方面有多重要。這些是你們必須學起來的關鍵策略，尤其是在你們中的一些人，未來要深入研究公共衛生傳播、政治或政治傳播等複雜領域。講故事是讓那些拒絕聽你講故事的人感覺真實的好方法。

我曾試著利用社群媒體闡明在我希望的年輕聽眾說話時該注意的資訊。當我討論新冠肺炎是如何影響著年輕人時，我並不只是引數據為證然後一味指責，而是引用並真實地討論特定案例。這並不總是能行得通（對於現在正聽我說話的你們或許就不行），但它確實比僅僅引證數據和一味指責好。然而這些卻時常發生在我們設法說服別人該為他們自己的利益做些什麼時；尤其是對年輕人，指責時常發生。我相信許多在座的你們都已為此感到厭倦，因此用說故事來領導是至關重要的。

我近期正好有機會為我們的西雅圖海鷹做此嘗試… Kyle Fuller 是一位剛得過新冠肺炎的年輕球員，而我和他一直在討論他遭遇的一切問題。他曾對於接種疫苗感到不安，還在推特上發了文。我很欣賞他這麼做，但就像對西雅圖水手或其他工作場域一樣，若能以故事為主導並嘗試伸出援手…我們講了很多關於我其他染疫的年輕病患（有一些也是體育選手）沒有接種疫苗的事情，而他們都開始遭遇更長久的症狀，甚至有些選手還無法回到體育場上了。為 Kyle 提供這些信息對 Kyle 幫助甚大，因為他主要的目標即是：“我希望為受訓做好準備，這樣一來我們才能準備好迎接秋季即將到來的比賽。”因此，這成為了他的助力：認識到如果他沒有接種疫苗，他很容易受到冠狀病毒感染的長期影響，因為我們現在認識到疫苗可以幫助減輕這些長期的潛在症狀。

我知道我們的時間比較緊，所以我要來做個總結。我想要分享我自己在傳播學系的訓練——我曾有機會在我醫學院的訓練尾聲時接觸傳播學——而這是一個關於 Steve Jobs 的範例：

若你還沒聽過他 2005 年對 Stanford 畢業生的演講，我強烈建議你盡快找機會到 YouTube 搜尋，因為他是說故事的大師。而他用了一個叫做“三法則”的策略，也就是將你的故事或訊息切成三個部分——這樣你既能將你的訊息維持得短而巧，又能維持它的前後一致性。在他的範例中，即是“做你喜歡的事情”。我真的非常鼓勵你們去聽 Steve Jobs 那時的演說，就像我會希望你們去聽以下這兩個總統演講一樣：

他們們是能教你如何表露並傳達同理心的大師。建立同理心是極其重要的，尤其是那些將在組織或政府機關擔任發言者角色的你們。這是一個必要的能力，因此我鼓勵你們

去看 Obama 總統為 Clementa Pinckney 牧師作的悼詞，以及 Reagan 總統對 1980 年代中期挑戰者號航天飛機事故的公開演說；這些都是對於身為一個領導者及發言者如何用實際且明確的方式展示同理心的極好的示範。你或許會想，這是多麼顯而易見的策略，但它確實是很難做好的一件事。

最後，永遠不要忘記擁抱希望。在座的你們都即將進入一個複雜且深受疫情打擊的世界。我們也同時遭遇著許多其他複雜的問題，例如社會正義、投票的權利、氣候變遷、疫苗接種上的不公平、以及因疫苗而生的種族隔離—但你們，身為傳播領域的領導者，也將在這個同時能賜予你們絕佳契機的複雜時間點進入職場。這絕對是進入你所選擇的專業職場的最佳時機，但你絕不能忘記擁抱希望有著必然的重要性。正如我之前所提到關於給予實際可行的建議時，沒有人會只想聽到彷彿世界末日的情節；他們會想得到幫助，而且會想得到希望，所以請永遠記得去傳達這樣的消息。

而至少在健康相關的訊息傳播方面，請記得你們將能去發掘更多的機會，而且這些機會將會以我們這一輩所不曾擁有的形式出現。許多不可思議的機會將等待著你們去全心投入；而危機傳播研討會，就像我現今在阿斯彭研究所帶領的這一個一樣，只不過是其中一個能展現在此社會中，橫跨包含健康管理之不同領域的溝通能力的例子而已。

我認為，現在的我們比以往任何時候都更了解我們在公共衛生領域需要更多發言者。過去的 16 個月彷彿是暗無天日，但你們將成為能帶領我們走過未來一切危機和疫情的領導者。我們需要更多像你們一樣的人。我們的人才市場在渴望著你們的能力；渴望著擁有任務導向、且身懷能向普羅大眾傳達複雜議題的必備能力的年輕人們。我非常期待能見證你們的成長並向你們學習。若有任何需要，我會一直在這裡：vgupta@uw.edu。

祝賀各位！請盡情享受這一天以及未來你們的一切成就。我支持你們！願你們度過美好的一天。

**華盛頓大學傳播學系主任 Christine Harold 教授介紹下一位演講嘉賓：**

大家好！感謝 Gupta 博士。

最後，我想為大家介紹我親愛的同事 Caley Cook。她不僅是我們新聞項目的老師，也是我們本科學術項目的主管。這是一個非常具有挑戰性的職位，包括課程規劃、管理我們專業的事務、還有很多很多。我很感激 Caley 在擔任這個重要的角色時體現出的專業管理能力以及隨和的個性。

除此之外，Caley 是一位屢獲殊榮的記者和紀錄片製作人。她的作品令人印象深刻，內容廣泛，涉及法律、體育、音樂和戲劇等主題。歡迎，Caley 。

**華盛頓大學傳播學系本科學術項目主管 Caley Cook 教授講話：**

*本篇講話由 Sam G 翻譯*

祝賀你們，華盛頓大學傳播學系 2021 屆的畢業生同學們！

雖然我更願意在陽光明媚、櫻花盛開的華盛頓大學校園裡與你們面對面交談，但我很榮幸在今年能夠通過視頻的方式與你們見面。

你們的努力和成就應該得到認可和關注。現在，你們是大學畢業生了。我們見證了你們的成長！

似乎沒有什麼令人激動的東西足以讓人們完全認識到你們為取得現在的成就所付出的努力。

作為教師，我們每個學期在課堂、答疑時間、論文、以及考試當中與你們並肩前行。我們看到了你們的掙扎和努力。有時會失敗。但是，從另一角度來看，你們在經歷了挫折之後會變得更聰明，更有耐心，更見多識廣。當你們在尋求新思維方式、新方法、新挑戰時，我們看到了你們的好奇心。我們看到你們的恐懼和疑慮變成了自信和精通。我們看到你們考得很好。我們聽到你們問的一些有難度的問題。我們見到了你們的凱旋。我們看到你們回望每一個充滿了新的知識的學期。

我們見證了你們的成長。

最重要的是，我希望你們知道，我們見證了你們的奮鬥：為了夢寐以求的實習機會，為了相互理解，為了學術包容，為了改變，為了善良，為了一個我們能更有效交流的世界。我們希望你們知道，我們見證了你們的成長。我們會銘記你們為你們的社區、你們的大學、和你們的世界變得更美好所做出的全部努力。

你們當中的許多人正在踏上進入職場的旅程（我們希望是這樣的）。在新冠疫情的尾聲，你們將需要付出更多的努力來開拓自己未來的路。希望你們在華盛頓大學學到了積極的適應力。不過，你們已經獲得了成功。你們終將會有辦法為自己創造一席之地。

為了來到華盛頓大學傳播學系這個特別的地方，你們克服了許多困難，尤其是課程方面的挑戰。你們已經贏得了在領獎台上的位置。

我將思念這一屆學生。我教過你們這麼多同學，聽過你們自己的故事。這對我來說有著特殊的記憶。

我將記住一位畢業生同學的故事。他為自己在體育新聞領域開闢自己的道路付出了努力。我還記得他為每句話而痛苦掙扎，拼命地想抓住美式橄欖球觸地得分的戲劇性場面，季后賽失利的痛苦，以及第九局的勝利。我將記得他是如何努力講述那些對他和在他的報導中看到自己的成千上萬的讀者來說意義重大的故事。

我記得另一位畢業生同學在辦公時間來找我。我記得是因為他告訴我他的教育對他意味著什麼——他將成為家裡的第一個大學畢業生。當他告訴他母親他上了院長嘉許名單的時候，他哭了。他母親把院長名單的公告掛在他們家的前門，正面朝外。

同時，我還想起一位畢業生同學的社區服務故事，她每週投入相當於一份全職工作的時間去義務為別人提供食物。我記得她描述了她在收容所的工作情況，以及一位收容所的長期居民是如何在人們安頓下來的時候幫助她學習的。

因為你們所做的一切，我會記住很多像你們一樣的畢業生同學們。

在我的大學生活中，有一件事讓我感到遺憾，那就是單一的視野——一種以目標為導向的從視野中消除了多餘的信息的思維方式。當你朝著一個單一的目標衝刺時，很容易錯過中途的停留。

我也許不能告訴你們很多關於 20 年前我自己大學畢業時候的事情——主要是因為我沒有讓自己停下來，去思考，去充分地體驗那段時光。我已經開始奔向我的下一個目標，我的新工作，我生命中的摯愛，以及我在現實世界中作為“專業人士”的新頭銜。

我相信大家可能都明白我的意思。你看到了自己未來的目標，並且你很擅長克服所有的障礙去達成目標——因為我們已經把你訓練成這樣了。但我希望你們不僅能看到眼前的目標，還能看到通往目標的道路。注意細節和現在的感覺。不要錯過這個意義深遠的時刻。

我希望你們能記住 2021 年畢業時的點點滴滴。這樣，幾十年後你們就能告訴你們的家人，這些經歷給你留下了怎樣的印記。它改變了你，挑戰了你，讓你變得更好。我們生活在一個歷史性的時刻。

所以，做所有雄心勃勃的事情，比如得到理想的工作、成名、領導自由世界、糾正不公、墜入愛河——但當你朝著那些目標、那些終點線衝刺時，看看過去，看看周圍，至少在你能做到的範圍內注意所有的細節。注意世界現在的樣子，以及你為使它變得更美好所做出的貢獻。

活在當下意味著拒絕認為世界是微不足道的。它將你定位到思考未來。它把你的生活看作是一個穩定的連續的選擇和冒險。

有一天，在 20 年、40 年、或 80 年後，當你回首往事時，你會想起這些時刻，就像今天，當你在場時，我希望你會說：這是光明的。

我們從未如此自豪。我們為你們加油喝彩。

再次祝賀你們，華盛頓大學傳播學系 2021 屆的畢業生同學們！