**曾因性別氣質屢受挫，新生代偶像小賴：**

**要做到完美，才能證明「不同」也很好**

輔導文粹–生涯發展教育

![兒童和花田-插圖素材[37135102] - PIXTA圖庫]()新生代偶像團體「五堅情」，近年來以優異的歌舞作品以及狼人殺遊戲而紅遍全台，成為不少國、高中生的崇拜對象。成員之一的小賴，從小就喜歡跳舞，更立志要成為明星，然而在成為五堅情之前，他卻因為自己較為陰柔的性別氣質，在演藝圈屢屢受挫。

今年31歲的小賴在演藝圈有多重身分。他是能歌善舞的唱跳歌手，發行過多首叫好又叫座的單曲外，也是五堅情的成員之一；他是功力深厚的主持人，從網路節目、其他歌手的簽唱會到經典電視節目《食尚玩家》，都能看見他的身影。他是日向創意工作室的創辦人，擔任自己的經紀人、替自己發行專輯；他甚至是自己的造型師，從妝髮到服裝搭配，他皆親力親為。

他數首個人單曲 MV 在 YouTube 上累積觀看次數超過800多萬次，代表作品之一[《娘娘槍》](https://www.youtube.com/watch?v=kuuDVGP1D8I)更是將「娘娘腔」這個貶抑男性的詞彙成功翻轉成一種武器，「我也曾經被罵過娘娘腔，甚至非常討厭這句話，希望大家在看待任何一個人事物，不要只賦予它一種面向，認為男生就該怎麼樣。我想要打破性別刻板印象，娘娘槍也是可以硬起來的！」他在自己的 YouTube 上說道。

今年五堅情在高雄巨蛋與台北小巨蛋演唱會門票更是雙雙秒殺，登上小賴演藝生涯的新高峰。別人眼中的小賴，是擅長跳性感舞蹈的表演者，是嗓音細膩的歌手，是好笑、毒舌又超活潑的綜藝咖，與任何人見面，彷彿都可以快速自來熟，但採訪時見到的小賴，卻有著截然不同的另一面。

他以微微的點頭代替寒暄，不多話，也不會主動說話。他的態度在冷靜與冷淡間左右擺盪，無論是哪一種，都巧妙地與旁人拉開距離，彷彿將自己的清秀的臉龐戴上一層面紗，不想讓人看透。訪問便於這樣的距離感中開始，他熟練地分享自己踏入演藝圈的過程，原因不脫「喜歡」二字。

「我從小就喜歡跟著音樂律動，喜歡跳舞，跳舞是唯一一件讓我會快樂的事情，」小賴說。這份喜歡，讓他接觸了蔡依林、蕭亞軒的舞曲和 MV，使國中時期的他萌生出未來要當明星的夢想。

愛跳舞的他升上高中後，也理所當然地順應自己的喜好而加入熱舞社，更以學生之姿成為社團老師，指導大家跳舞、編舞，四處征戰參加舞蹈比賽。「我沒有花錢補習，但我卻願意花錢去額外學舞蹈，」小賴這席話，說明舞蹈對他的意義有多重要。

考上文化大學戲劇學系後，小賴天真地以為戲劇系可以是進入演藝圈的敲門磚，「沒想到原來不是每一個學生都可以站到台前去表演，能走到台前的名額只有20個，其他人可能是進設計組或舞臺組，而且，我的性別氣質不符合老師的期待，老師認為我的嗓音沒辦法演戲，」他說。

## ****性別氣質成為追夢的阻礙****

小賴的外貌清秀，有花美男的特質，嗓音則較一般男性更為高亢、纖細，「這樣的我，沒辦法演劇本裡的男性角色，我的性別氣質天生就這樣，」在校內試鏡表演屢屢受挫的他，意識到要成為真正的明星，他只能自己主動去爭取試鏡機會。因此從大二起，他便開始參加各式各樣的電視節目，只為獲得上鏡曝光的機會。

然而，小賴闖蕩演藝圈之路卻一點也不順遂。「大家還是覺得我的形象不 OK，沒有人相信我會紅，爸媽也希望我放棄當明星，去找一般的工作做，」即使他參加歌唱選秀節目《超級接班人》獲得第三名，並成功與經紀公司簽約，公司依舊不看好他。「我的合約只有一年，是公司裡簽約時間最短的藝人，同事甚至評價我是最不可能紅的那一個，經紀人更對我說：『你的臉絕對接不到任何一部戲。』」

然而，這不是小賴第一次因為性別氣質被他人拒之門外。小賴過去曾在電視節目中分享國中時期被霸凌的經歷，他坦言國中的他較為女性化，「這種個性的人，就會被臭男生欺負，」書包被美工刀割、課桌被立可白亂塗都是常見的小事。

真正的大事則發生於國三時，他曾在路上被3名同班同學拖去廁所，男同學要求他脫光衣服，見他抗拒，其中2名同學便強行架住他的身體，1名同學則把他衣服脫光，甚至作勢性侵。直到老師經過，聽見廁所內小賴的呼救聲，這場恐怖經歷才畫下句點。

「心裡當然會難過，但真的就是某一天豁然開朗，我覺得我的聲音、行為舉止就是天生長這樣，我沒有做錯什麼事情啊！」**此後的小賴對自己的要求只有一個：凡事都要做得比別人更好。**

## ****要做到最好，才能證明自己的「不同」很好****

「為何一定要比別人好？這樣很辛苦吧？」記者無心的一句話，卻令小賴臉上那層面紗突然脫落，「其實，真的滿苦的，」潰堤的淚水，讓他不再冷靜自持。

「我曾經覺得自己是個很不幸運的人，因為我天生就比較陰柔，像我們這種性別氣質，天生的起跑點就比一般人更後面，不像你們一樣幸運，生來就是社會期待的樣子，我們得證明自己很優秀，才能告訴大家我們很好，」他紅著眼眶說。

所以從他在學時期的課業、社團表演到後來的打工、試鏡演出，甚至當成功出道後上綜藝節目當諧星、主持節目等等，他都強迫自己一定要做到完美。

他舉例，大學時期在早餐店打工，僅花了兩年的時間就用工讀生的身分當上店長；每場試鏡，都會一一記錄導演給他的意見，「雖然試鏡都沒有成功，但我就當成一個課外表演課，好好吸收。」上節目，就要盡可能搞笑，讓大家喜歡自己。

## 為相似經歷的人發聲 「做自己仍有成功的可能」

小賴坦言，自己也曾經努力想改變自己的外表、嗓音，讓自己可以被更多人接受。「但天生的東西我真的改變不了，我也不想再改變自己。」他說，他相信只要繼續堅持做自己，總有一天會遇到賞識自己的人。

這一天，雖然來得不算快，卻也不算遲。在出道5年，度過無數個啃吐司邊、吃泡麵的無名日子後，小賴終於迎來人生第一個生涯高峰。

2018年他在綜藝節目《娛樂百分百》招牌遊戲單元「凹嗚狼人殺」中，憑藉精湛的邏輯推理能力獲得廣大觀眾的喜愛，更於2019年與黃偉晉、陳零九和邱鋒澤等人組成四堅情於全台爆紅。2020年，團體又加入嘻哈歌手婁峻碩，五人便以五堅情的團體身分走跳演藝圈，並成為全台最火紅的男子團體之一。

隨著知名度慢慢提高，小賴也自掏腰包推出單曲，從為同志發聲的《我們的愛沒有不同》、到打破性別刻板印象的《娘娘槍》，再到寫盡自己「逞強完美」心聲的《Perfect Clown》（完美小丑），每一首歌，都在展演小賴曾經歷的生命課題。

事業有成的他，現在依然是那個「什麼事都想做到最好」的小賴，唯一不同的是，現在的「完美」不再只是要向傳統社會證明，更是要鼓勵那些曾因性別氣質飽受困擾的男孩／女孩們，堅持做自己，一樣有成功的可能。「**我想告訴大家，當你和別人不一樣的時候，不要因為他人的言論而懷疑自己，你沒有錯**，」小賴強調。他也期待，未來能繼續用自己的身份，讓社會看見「與眾不同」是一件多麼幸運的事情。

節錄自親子天下文章<https://www.parenting.com.tw/article/5092406>