



男生女聲？女性化形象？

有否想到一位男生在青春期轉聲後，仍然維持一把高音調的聲音，會為他帶來多大的困擾？

真實個案分享：

一位廿多歲，現攻讀碩士的男生(下稱化名阿生)，因自稱有把「雞仔聲」到來求診，再進一步表示自己擺脫「女性化」的形象。

阿生在社交上遇到的尷尬情形：

- 在電話上經常被對方稱呼為「X小姐」。
- 自小由小學開始，已被同學取笑。
- 與新認識的朋友交談時，在他開聲時表現驚奇。

患者心理及社交上的影響：

- 心中的不快未獲他人理解。
- 性格逐漸變得較前沉默寡言。
- 開始抗拒出席社交場合。

臨床觀察及評估

我為阿生進行電腦聲線分析，發現其聲調較一般成年男性稍高。在一般對話時，他習慣於句子的開首，不自覺地提高聲線，未能運用中低音說話。用聲的方法明顯是拉緊喉部的肌肉拍動聲帶發聲，未見有效地配合呼吸協調。

不過除了用聲的方法之外，在評估期間，我亦留意到阿生較常於說話之間夾雜高聲的笑聲「嘻嘻」聲，再加上於句末加入較多的助語詞「呢、啦」等。而手勢運用上亦較輕柔，少了男性硬朗、爽朗及「力的表現」。



故此，在首次評估後，我發現要為他解決這十多年的困擾，不但要讓他改變用聲習慣，有效運用呼吸協調來發聲，還要在語韻、手勢運用、助語詞運用作相應的調節，訓練包括透過閱讀、對話及形體練習各種形式進行。

個別化及針對性的治療

聲線治療訓練

- 1) 腹腔呼吸練習
- 2) 呼吸發聲協調訓練
- 3) 哼唱訓練
- 4) 放鬆發聲訓練
- 5) 電話對話訓練

阿生在訓練期間，很努力的類化技巧於治療室以外的情境，他亦自發地不時詢問家人及好友，有關運用技巧後的分別。於最後的一節，他很有自信地跟我說：「我覺得自己改變了很多！也可以得回一把真正的男聲！」。看見他從容的面孔，放低了十多年的包袱，可以重新投入、享受社交的樂趣，有多美好啊！👍

