

電姊的斜槓人生

---人生經驗與女人故事

分享者：張雪芳

在33個夢想的地方打卡
粉絲專頁行動條碼



電姊的斜槓人生

有職/有能/有才/有藝=斜槓青年

穩定的收入/興趣的愛好

左腦/右腦

旅行作家/製作人/大學講師=張雪芳

當你拿掉工作頭銜，你還剩下什麼？

我，擁有的是更豐富的人生和更完整的自己。



あなたにとっての最も
大きな冒険は、あなたの夢に
生きること。



電姊的斜槓人生

幸せとは旅の仕方であって、行き先のことではない。

***說一個動人的故事---談口語傳播**

0312 (六)14：00桃園市圖書館景雲分館

• PODCAST播客培力營

0326 (六)14：00新北市立汐止圖書館

***用旅行驅動人生夢想**

0528 (六)14：00 新北市立圖書館金山分館

***帕奧精神 鳳凰高飛---打破命運重生崛起**

0618 (六)14：00桃園市圖書館八德分館

女人必備四大名牌



自信 善良 骨氣 堅強

斜槓人才

不只擁有一種專業、一種職稱，

是擁有**多元的專業能力**、擁有**多重職業身分**。

其生活方式，要的是多重人生，渴望多重體驗。

相信，人生不只一種活法，**興趣能夠變成飯碗**，

人生像積木般自由組合 創新冒險的勇敢前行



張雪芳 小檔案

生日：8月2日

血型：O型

星座：獅子座

性格特質：超愛冒險、超樂天

最喜歡的音樂類型：跨界音樂

最喜歡的運動：騎腳踏車

心目中的偶像：馬友友、陳文茜

夢想：環遊世界

現任：花蓮後山TOP休閒台「後山爆米花」

節目主持人、洞瀾電視台「超愛文化

新生活」節目主持人

在紙上彈琴的女孩：
中興新村的學琴女孩，
當了20年鋼琴老師及五星級飯店琴師。



躲在被窩聽余光的青春之歌
聽完凌晨的節目才捨得睡覺

廣播就像詩，

廣播節目不是表演，

不屬於演藝界。

廣播不會侵犯你，

是一個人發現某件事情很有意思，

所以要講給別人聽---

我從受訪者變身為主持人



張雪芳 在鋼琴上跳舞的DJ

文／小曼 圖／張雪芳提供



後山電台的雪芳，是多變的DJ。鋼琴老師是她的本業，電台DJ及電視主持人是她的副業，和花蓮縣文化局長討論文化的推動，則是她的不務正業。

彈琴彈了十幾年，雪芳想要在鋼琴老師本業上跳出不同節奏的舞蹈，所以5年前開始跨行主持廣播及電視節目，投入她的副業。她說：教鋼琴教了十幾年，終於可以對音樂的愛好，在空中跟更多人分享，真是愉快的經驗，雪芳的節目以最優美的音樂著稱，她從古典、現代、跨界到流行音樂無不信手拈來，彈起音樂比炒菜還流暢，音樂在她手裡，居然就妙手生香，炒出盤盤的佳餚讓你口水直流，你問她為什麼？她說只是一種掌裡的紋路，一種自然的產出……她以她專業的音樂造詣推薦好的音樂跟聽眾分享，節目中的「音樂日記」及「音樂變形蟲」等單元廣獲好評，總吸引不少樂痴跟著她在空中，用音樂的翅膀飛翔。雪芳的節目曾獲中國時報聽眾票選為東台灣收聽率最高，也曾當選過電台情人，談起這事她總是笑著說：「歹勢，朦朧美啦，哈哈哈。」

問她對後山電台的想法？她說：我不是沒有機會在全國網當主持人，但是我更佩服有理念的台長，一個電台從出生、茁壯、成長實在不易，很多電台都拋下當初社區結合的理念為生存與外地電台聯播，或是把時段賣掉，使得電台調性非常不一致，只有後山電台台長在理念堅持下一本初衷，以服務在地文化，創造休閒快樂聲音為夢想，至今不曾改變，她在後山的節目「後山爆米花」，以及所有台裡的節目，都一樣對廣播有堅持有夢想，所以它們共同彩繪花蓮的天空，讓東海岸的耳朵年輕快樂。

提到會不會把DJ當成終生志業這個敏感的問題時，

雪芳毫不遲疑地回答說：「會。」因為當音樂老師只能把心得和幾十個人分享，但是當DJ可以把音樂送上天空，作一個空中夢想家，跟更多的人一起分享她的音樂夢幻，更何況，她笑說，到六十歲頭髮花白都沒人看到的工作，去哪裡找？

「除了音樂，我最喜歡的就是旅遊，我喜歡文化的深

沉，地球的轉動。」跟雪芳聊旅遊你會誤以為她是導遊，她已經去過三十幾個國家，她說喜歡那種完全釋放的感覺，全新的土地，全新的人，全新的空氣，讓她完全釋放呼吸。她採擷各國的音樂當收藏，收納人文的悲洗作背景，回來跟她的聽眾分享，她的世界除了音樂，還有各國的照片作為拼布，拼成一個世界地圖，她在裡面，和你分享。

和雪芳聊得更深入才知道她的另一半是花蓮縣文化局長，她驕傲的說：「在文化局我是沈中元的太太，在電台他可是張雪芳的先生。」最近因為老公任花蓮縣文化局長，她又多了一項不務正業，就是跟老公天南地北的討論如何推動文化工

作，做文化的白日大夢。她更親自下海當文化義工，為花蓮創造全新的「街頭音樂會」，與小提琴及長笛組成「樂來樂文化」義工表演團隊，每週末晚上為花蓮街頭創造藝文氣息。花蓮鯉魚潭螢火蟲生態導覽活動，她更打造13場螢火蟲音樂會，星空下浪漫的氣息還在5月4日，吸引了副總統帶了140位藝文人士前去觀賞，大呼過癮說太浪漫了。

張雪芳就是這麼一位多變的DJ，她說不管工作有多忙，都以身為廣播人為榮。談起廣播的夢想時，眼神裡還有雀躍的光，她引余光中的話說，「既然要打噴嚏，當然噴出滿天的水花，既然要咳嗽，索性咳出美麗的彩虹，愛上廣播，當然要愛她終身無悔囉！」到花蓮，記得在空中認識這位精采的廣播人——張雪芳。



從電台情人到電姊

作夢的日子一天就夠了，而開心快樂的日子要天天過~



堅持夢想 爭取輝煌

邱吉爾的詩

黃金般的晨潮

黃銅似的午潮

鉛般的黃昏

但是，無論它是什麼金屬

我都盡力擦磨

使每一個金屬發出它特有的光芒

【2020 優良廣播人員

最佳主持人獎】

雪芳用不滅的熱情
灌溉夢想。

我親愛的好朋友，以
熱情面對生活工作，
我們都會在自己的舞
台發光發熱。



張雪芳 女士



事業名稱：後山廣播電台股份有限公司
職稱：節目製作主持人
年資：23年
專長：音樂、暢銷書作家、性別平權媒體識讀演講達人

事蹟或評語：
張雪芳女士曾代表電台獲得2015、2007年金鐘獎入圍肯定，也在2004、2003年獲得金音獎，1998年由中國時報票選為東台灣電台情人第一名。讓後山的小小電台，大大的發光！



跨界主持電視節目



跨界演出電視戲劇

夢想像一條山路，勇於冒險，享受改變的電姊





跨界主持大
型戶外活動
峽谷女神
掌聲飛揚

跨界擔任大學老師



跨界成為作家

1. 在夢想的地方打卡（影音）
2. 夢想的擴散-33個追求夢想的故事
3. 在33個夢想的地方打卡（出書）

--用旅行驅動人生夢想

4. 愛是最美最遠的旅行--在33個夢想的地方打卡
5. 真愛不會一路平坦—牽手旅行的天窗亮話

<https://www.youtube.com/watch?v=30TohqZ7lXk> 在夢想的地方打卡





在夢想的地方打卡/在真理海洋抢到一個貝殼

觀看次數：97次・1 週前



在夢想的地方打卡/伊朗園林-古列斯堪皇宮

觀看次數：149次・3 週前



在夢想的地方打卡/天馬行空的天才-高第

觀看次數：161次・1 個月前



在夢想的地方打卡/問道張三豐 學一日神仙

觀看次數：155次・1 個月前



在夢想的地方打卡/恩施峽谷

觀看次數：184次・1 個月前



在夢想的地方打卡/中國園林建築之美

觀看次數：172次・2 個月前



在夢想的地方打卡/蘇州博物館

觀看次數：181次・2 個月前



在夢想的地方打卡/1500年不滅的聖火

觀看次數：167次・3 個月前



在夢想的地方打卡/杜哈 伊斯蘭藝術博物館

觀看次數：2352次・3 個月前



在夢想的地方打卡/一支鵝毛筆改變全世界

觀看次數：164次・3 個月前



在夢想的地方打卡/波斯帝國等你朝拜

觀看次數：172次・3 個月前



在夢想的地方打卡/伊斯法罕半天下

觀看次數：181次・3 個月前



在夢想的地方打卡/伊斯法罕的藍色清真寺

觀看次數：167次・3 個月前



在夢想的地方打卡/讀伊朗的李白 詩心澎湃

觀看次數：155次・3 個月前



在夢想的地方打卡/波斯武士的健身房

觀看次數：164次・3 個月前



在夢想的地方打卡/保加利亞的變與不變

觀看次數：264次・2 年前



在夢想的地方打卡/青春一去黑泥喚不回

觀看次數：256次・2 年前



在夢想的地方打卡/我在耶路撒冷苦路朝聖

觀看次數：322次・2 年前



在夢想的地方打卡/我在安曼古羅馬劇場彈鋼琴

觀看次數：233次・2 年前



在夢想的地方打卡/我在海法神遊巴比倫

觀看次數：194次・2 年前



在夢想的地方打卡/在哭牆前禱告

觀看次數：433次・2 年前



在夢想的地方打卡/玫瑰紅城的壯麗陽光

觀看次數：350次・2 年前



在夢想的地方打卡/亞得里亞海旁的回地有情

觀看次數：239次・2 年前



在夢想的地方打卡/東有九寨溝西有十六湖

觀看次數：314次・2 年前



在夢想的地方打卡/我在錫蘭立竿垂釣夢想

觀看次數：321次・3 年前



在夢想的地方打卡/在斯洛維尼亞

觀看次數：189次・2 年前



在夢想的地方打卡/大國風華餘韻猶存的塞爾維亞

觀看次數：235次・2 年前



在夢想的地方打卡/20萬個地堡

觀看次數：177次・2 年前



在夢想的地方打卡/黑山裡弦斷有誰聽

觀看次數：121次・2 年前



在夢想的地方打卡/馬其頓

觀看次數：131次・2 年前



在夢想的地方打卡/被遺忘千年的紅色古村

觀看次數：170次・5 個月前



在夢想的地方打卡/請伊朗跳第33支舞

觀看次數：172次・6 個月前



在夢想的地方打卡/粉紅色清真寺

觀看次數：166次・7 個月前



在夢想的地方打卡/伊朗的波斯盛世

觀看次數：214次・7 個月前



在夢想的地方打卡/金色多瑙河

觀看次數：176次・1 年前



在夢想的地方打卡/再訪暮光之城

觀看次數：191次・1 年前



在夢想的地方打卡/說書賣水的夜市人生

觀看次數：446次・1 年前



在夢想的地方打卡/這斧頭劈開了千年文明

觀看次數：333次・1 年前



在夢想的地方打卡/真主的寶座在水面上

觀看次數：162次・1 年前



在夢想的地方打卡/我是追求夢想的神鬼戰士

觀看次數：182次・1 年前



在夢想的地方打卡/在藍色山

觀看次數：172次・3 個月前



在夢想的地方打卡/在撒哈拉

觀看次數：172次・3 個月前



在夢想的地方打卡/摩洛哥酷

觀看次數：166次・3 個月前



在夢想的地方打卡/2021歐洲

觀看次數：162次・3 個月前



在夢想的地方打卡/你是黃金

觀看次數：176次・3 個月前



在夢想的地方打卡/在牛山夢想平台追太平洋

觀看次數：22次・3 年前



在33個夢想的地方打卡/新書分享全台走透透

觀看次數：370次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在立山黑部往天堂棧集

觀看次數：210次・3 年前



在夢想的地方打卡/合掌看見天人台

觀看次數：168次・3 年前



在夢想的地方打卡/喝一杯有松針的下午茶

觀看次數：381次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在錫蘭立竿垂釣夢想

觀看次數：321次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在錫蘭立竿垂釣夢想

觀看次數：321次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在瀑布彈出滿天花雨

觀看次數：342次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在挪威峽灣看水陸大戰

觀看次數：479次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在日本東北追楓

觀看次數：552次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在日本東北玩山車

觀看次數：688次・3 年前



在夢想的地方打卡/跟著三毛與荷西的愛前行

觀看次數：2790次・3 年前



在夢想的地方打卡/在突尼西亞唱為愛而生

觀看次數：593次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在威尼新唱詠嘆調

觀看次數：1372次・3 年前



在夢想的地方打卡/我在魏冷琴遇見徐志摩

觀看次數：1003次・3 年前

台灣第一本立體影音旅行書



愛是最美最遠的

張雪芳 | 沈中元 合著



https://www.youtube.com/watch?v=HGFuzDb9ZzU&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1F5W8MoGEgEhoZ6Z-ThYfwhlsl9lWntyfYgk_rArK2btem5StRnkVOxDw





台灣雲端書庫

新書推薦《#真愛不會一路平坦：牽手旅行的天窗亮話》

推廣雲端閱讀新風貌



*台灣的華山，
是文創產業高手，
競飈創意的舞台。
讓全世界從華山
再次看到台灣

*以前瞻眼光、推動
建置台灣雲端書庫。

美夢成真的夢想巨人?夢醒時分的行動懦夫?

差別在行動力

如何培養行動力?

雪芳認為

少說多做，做，就對了。今天的夢想，現在就行動。

千萬別問雪芳今年的微夢想是什麼，

因為行動比宣誓更重要，

我，早就動了。

水族族長 張雪芳 -天花板的感言-

我一向勇於挑戰，可以是氣質的鋼琴老師、是狂熱的熱門樂團鍵盤手、是廣播電台主持人、是旅行作家、是大學講師；但是，這次參與桃花源風姬的挑戰，我才真正的，在挑戰自己潛能的天花板。

蓓蓓總監看到我的潛能，將我安排在水族裡擔任族長。我從未學過民族舞，每一次排練，老師們都悉心指導我動作要「柔軟如水」；我會背莫扎特詠嘆調的音符，卻背不出歌詞，連煮飯都拿著小紙條在看，老公笑說我把鹽巴放成糖；我不擅長戲劇，老師指導我的肢體語言與心語，讓我找到了突破潛能天花板的魔法階梯。

一次一次的反覆排練，團員們的互相鼓勵，凝聚了團隊精神，一百個不同的夢想，會一起在桃花源風姬舞台上發光。謝謝蓓蓓總監給了我們這個動人舞台，謝謝老師們的指導，我會把最好的表演成果獻給觀眾，當成送給老師、送給自己，最感恩的人生禮物。

挑戰自我潛能的天花板

從表演中認識自我、

淬鍊自我、挑戰自我、

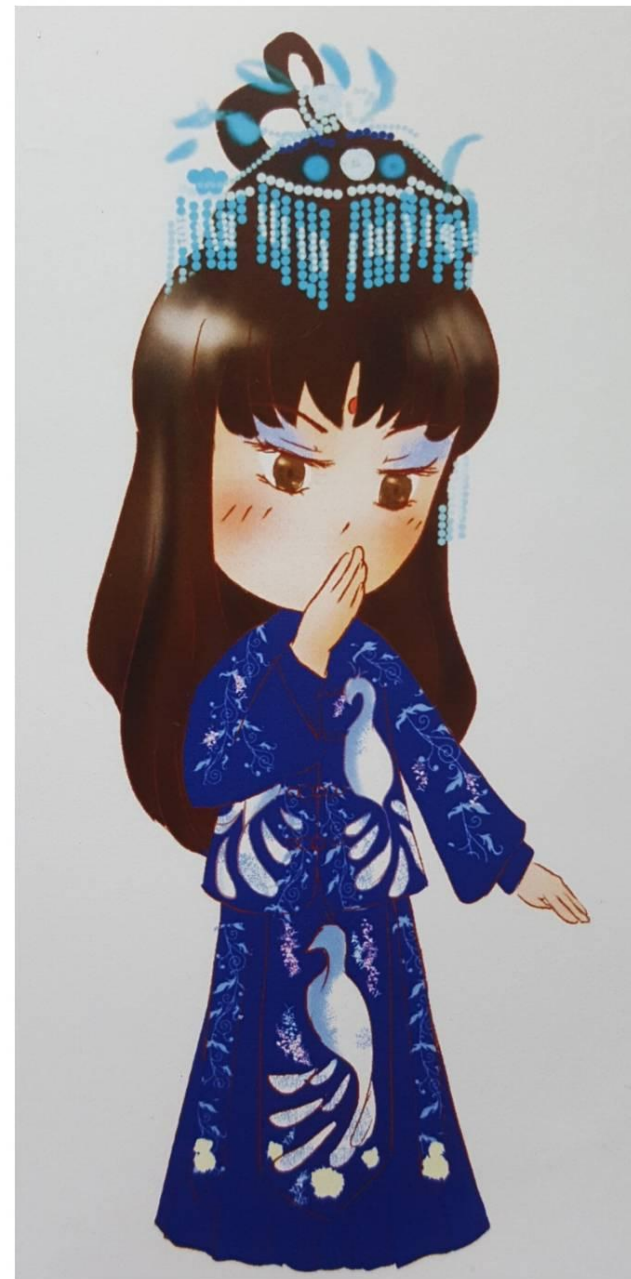
療癒自我，並感染他人。

導演說：

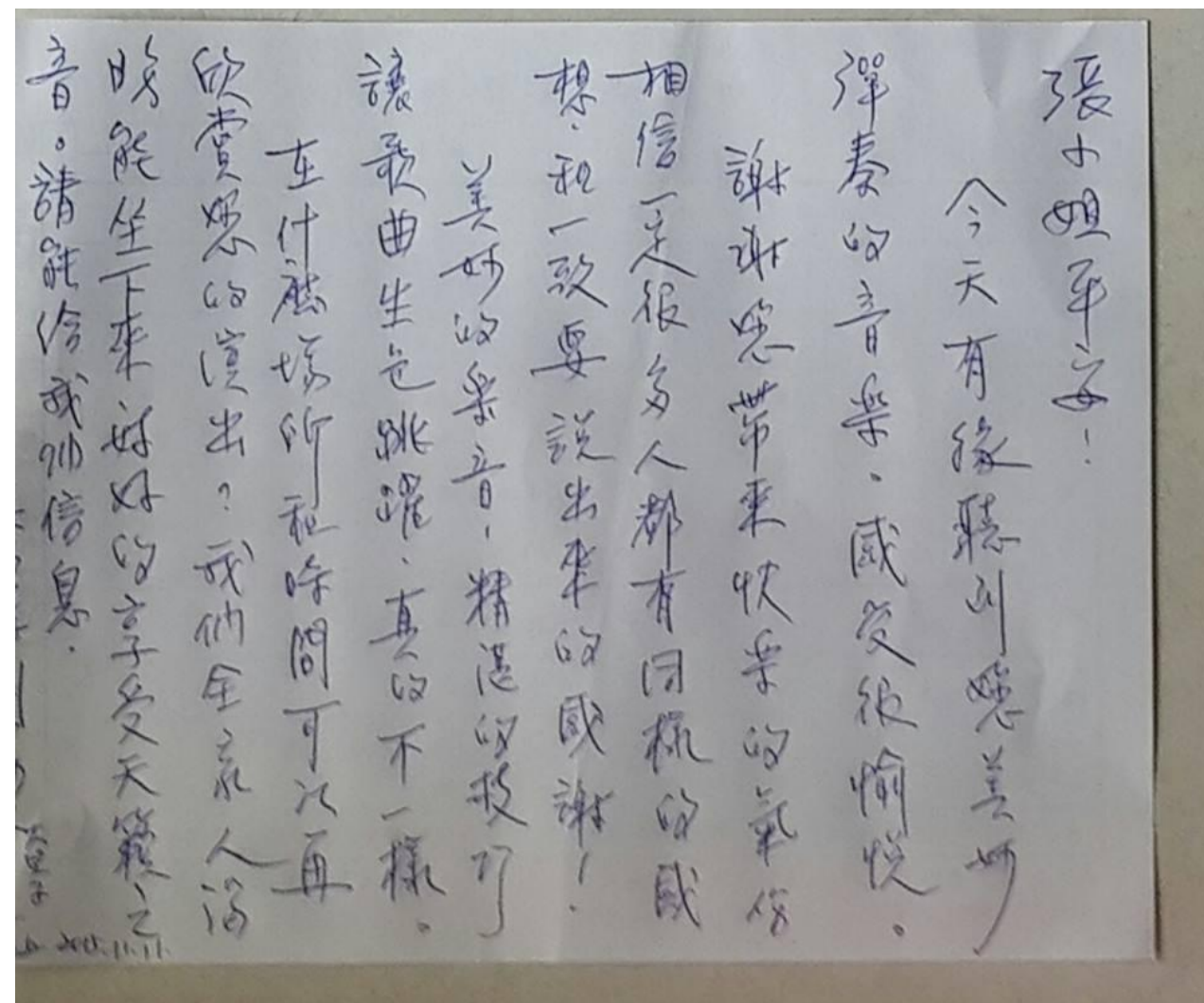
「我就是要一個上了舞台就忘了自己，

享受舞台世界的人。」

你有你的夢想，我有我的夢想，
繼續支持彼此的夢想實現，
我們加起來的夢想，
就是世界最大的夢想。**真實**
大家自由同頻自然美夢成真



當志工的溫度：分享、奉獻、希望



你以為我是沒受過挫折的天之嬌女？

不要浪費寶貴時光在抱怨上。

要做些有價值的事情，

要享受生命的過程。

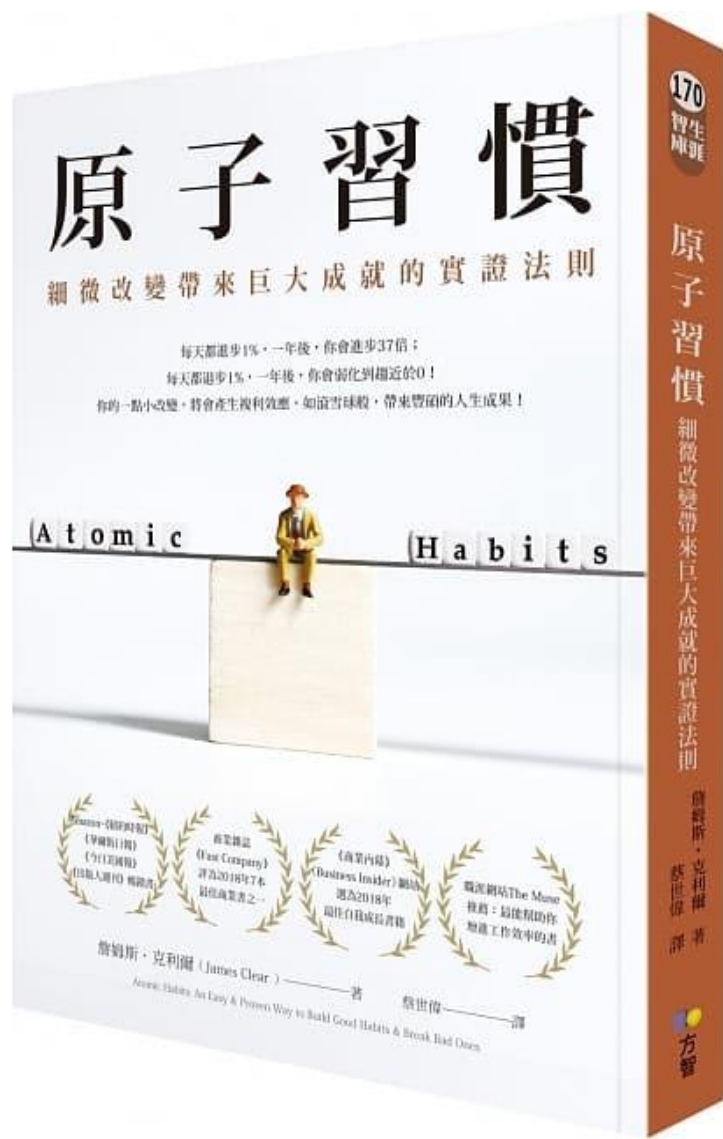
任何黑洞都會有出口

雪芳：與其埋怨

不如成為那個你心中的改變



培養原子習慣 人生大爆發



每天進步1%，一年後就會進步37倍。

習慣複利法：

提示、吸引力、行動、獎賞

雪芳：

讓討厭顯而易見、讓未來美麗動人

讓行動簡單方便、讓獎賞振奮人心

「微行動」的元素：一連串小作為、小選擇與小決定

- 「**可塑性**」：大腦能透過經驗、思想、行動與重複行為，創造出全新的神經連結，並自行重新連線。

- 心理學家丹·霍姆斯博士（**Dan Holmes**）的牛徑理論：

「原野上的牛群總是走在同樣的路上，這些鄉間小路被稱為『牛徑』。原本沒有的小路，因為牛群重複行走把草都踏平了，才創造出新的路徑。同樣的狀況也發生在我們的大腦中。」

認清自己的天賦、充滿熱情、積極態度、把握機會
你，就在自己的金字塔上，攀登高峰。

夢想進行曲

你在金字塔的那個位置？

人生重要的不是所站的位置，
而是你想過什麼生活。

從小，我們的教育就教我們要力爭上游，爬上高峰，攀上金字塔的頂端。長大後，才知道金字塔的頂端很窄，不容易立足，很容易摔下來……



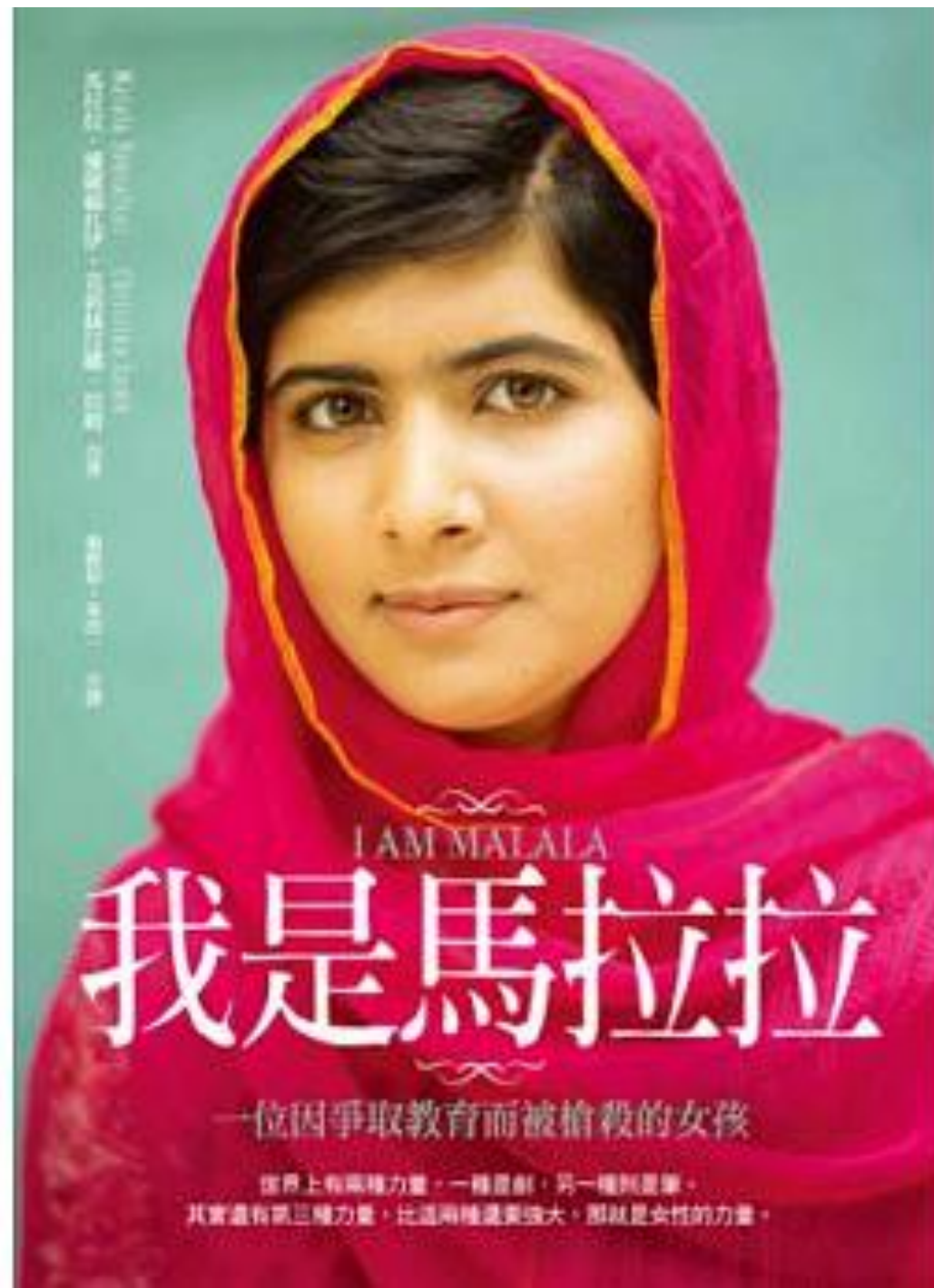
***1997**年出生於巴基斯坦。

***11**歲在**BBC**英國廣播公司網站發表寫作，為女孩應平等受教育的權利而奮戰

***2012**年**10**月，遭受到塔利班攻擊，奇蹟似生還。

***2014**年獲諾貝爾和平獎馬拉拉：

一個孩子，一個老師，一本書，
一支筆，可以改變世界。



勇敢跨界 大膽創新

*國家藝文獎得主

*創作理念：「歌仔戲要勇敢結合現代，否則早晚被淘汰。」

*第一位將搖滾樂、爵士樂、劇本結合西洋神話，西藏梵音與歌仔戲融合，大膽嘗試不同的創新歌仔戲。

大膽嘗試不同的表演形式，
你的人生才更精采。





- 1996十大傑出青年
- 1997亞洲最傑出藝人獎
- 孫翠鳳說：

「只要有夢想，凡事皆可成，
只要努力去做，不論年齡多老，
追夢永遠不嫌晚。」

雪芳說：**追夢的路上，**

今天是我這輩子最年輕的一天。

明華園轉骨讓歌仔戲不只是歌仔戲

*與台灣漫畫作品《冥戰錄》跨界合作、將薛丁山報國故事，重新詮釋出薛丁山與師弟蘇寶同的同志愛情故事。**顛覆以往的題材、舞台設計、服裝造型，讓歌仔戲變出新花樣。**

***2012**年創立以兒童劇場為導向的風神寶寶劇團，主打兒童新粉絲，以台、日、英、客家語等多種語言混合，結合**3D**和燈光等多種舞台特效。

*疫情下，**將經典戲碼《超炫白蛇傳》等上架網路平台；開設YouTube「浴帽媽媽」**將私底下與媽媽孫翠鳳的互動曝光粉絲眼前；錄製「風神寶寶說故事」**Podcast**。分眾分層抓牢明華園粉絲、孫翠鳳粉絲，且培養未來的明華園粉絲。



何謂女力?

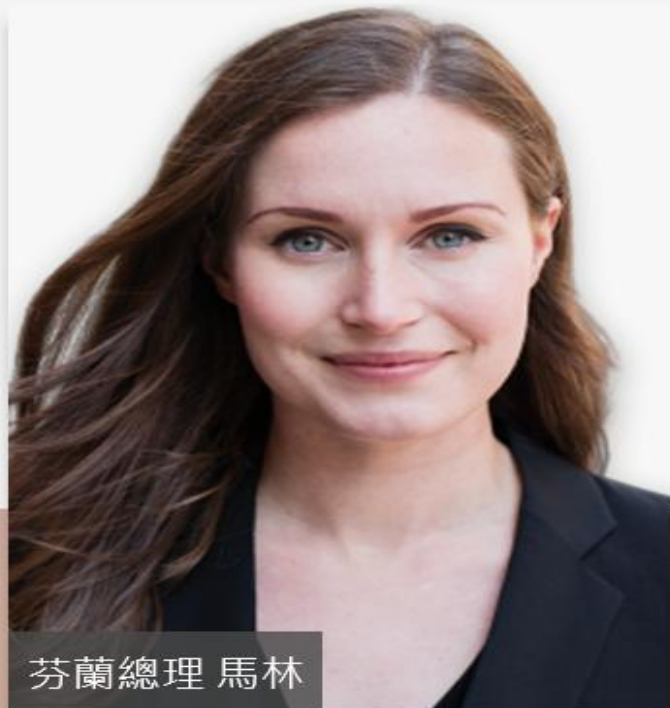
- *展現自我魅力

(進退得宜、溝通得當、個人風采的特質)

- *創造個人價值

她們站在世界頂峰，成長背景與足跡
形塑她們的**勇於發聲**，成為全球目光焦點。

她們站在世界舞台上 散發光芒



芬蘭總理 馬林



歐洲央行總裁 拉加德



瑞典環保少女 桑柏格

- 她們常有過人毅力與開創精神，
在人生低潮時，往往正是淬鍊精彩的關鍵時刻。
- 她們在專業領域各擅勝場，在職涯爬梯過程，
她們往往蹲得越低、跳得越高。
- 誰說女性只有一種樣貌，
她們顛覆女性刻板印象，跳出框架活出自己。
- 女人，勇敢愛，愛自己也愛別人，她們
奉獻對的事、對的人，一個善念，改變世界。

在**33**個夢想的地方打卡
粉絲專頁行動條碼

