

May Chan

有陳美鳳 (May) 的地方，笑聲少不了。第一次見她，在英國文化協會 60 周年典禮，她與李國寶、楊鐵樑與周梁淑怡等，同被選為 60 名留英傑出校友之一。全場英語廣播，她上台自我介紹時，先來一句廣東話清唱「有肚痛，喇叭正露丸經已係權、威」，惹來哄堂大笑。

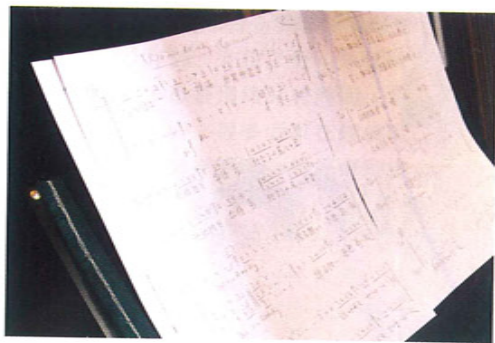
### 開心大使 唱歌教心理

小小心理學伎倆，皆大歡喜，她這位臨床心理學家當然明白。可惜世事兩難全，當日究竟做廣告代唱還是全職中環白領，她一樣掙扎過：

「選擇唱廣告歌，便沒有 status (社會地位)。從前媽媽與朋友吃飯，人家一問女兒做邊行，媽媽不懂答，立即避開話題，叫人『快些點餸食飯啦』。」聽後汗顏，我就像她媽媽，衝着她的職業而來，為甚麼臨床心理學家跑去唱廣告歌？

「兩樣工作都鍾意，不過心理學有意義一些。」其實她先唱廣告歌，做演唱會和音，再深造臨床心理學。反過來和音工作的收入，支持着她唱歌教心理的理想，自資出書出碟開班，教小朋友管理情緒。

開心和 EQ 都要學？「唱和音這麼多年，見到很多有才華的藝人，無法接受自己的能力走下坡，甚至自殺，覺得很心痛。其實能力 (ability) 不是一切，如果能夠處理到情緒，面對挫折，事情便不一樣。」



她懂得編曲，是甘培達的多年拍檔。倒數奧運主題曲灌錄廣東版和音當晚，簡譜由她執筆。

她與其他和音樂手，研究倒數奧運主題曲的簡譜。通常和音不乏三、四人一起工作。



### 留學英國 回流當唱片和音

她唱廣告歌，很多時候也要沉住氣。當年正露丸廣告歌錄音時，她趕着去港大面試，報讀後學士心理學文憑。錄音室內 10 個日本客戶，每次錄完也意見多多，她開始焦急。

「好 frustrated，但不可以發脾氣，影響狀態，只好逐個版本試唱。」突然她唱完後，日本人紛紛點頭，終於過關，她亦得以準時面試，獲得取錄，為日後碩士課程鋪路，今日才做得成臨床心理學家。

她的人生，老是在唱歌和心理學之間打轉。上天賜她一副靚聲，在真光唸中學時，已獲得全港性音樂獎項。就算她遠赴英國 University of Sussex 唸心理學，86 年畢業回港，在中環的會計師樓人事部打工，也逃不掉音樂魔掌，嫌寫字樓悶，晚上跑去替流行曲唱和音，第一首是張學友的《太陽星辰》。

「那時做和音收入，比寫字樓還多。同事一到 5 點，便叫我快些收工去唱歌。」那年頭很少大學生做和音，1 年後她辭掉會計師樓正職，趕上 80 年代香港唱片業最興盛的日子，飛圖卡拉 OK 碟也有她份，也是演唱會和音常客，由譚詠麟到四大天王，到今日的陳奕迅李克勤。

「每早 11 時錄唱片和音，黃昏 5 時趕去演唱會綵排 (和聲)，凌晨 12 時又要趕回錄音室繼續錄音。」過了幾年非人生活，她自覺沒進步，91 年到美國學音樂，學成回港後簽約台灣環球，做過 2 年作曲，作品包括陳奕迅的《昨日》。

灌唱和音 22 年，陳美鳳對錄音室的一切很熟悉，就算唱歌技巧可能好過正聲歌手，也甘願躲在幕後：「歌星不單止要唱，演唱會還要很搏命，做和音就是要盡忠職守，不搶鋒頭。」

# 廣告歌天后

May Chan

text/ 梁鳳啟 photo/ 風向華 編譯/ 鍾嘉白 圖片/ 李 部分圖片由受訪者提供 edit/ 廖華 art/ Know

# 陳美鳳

剛過去的樂壇頒獎禮，總有甚麼亞洲大中華歌星大獎做壓軸。論歌聲覆蓋層面之廣，陳美鳳不會輸給當中任何一個。她是廣告歌天后，金獎製作人金培達的好拍檔，一曲「喇叭牌正露丸」加 Fanci「less is more」，全香港都聽過她一把靚聲。今年勢必熱播的奧運倒數主題曲《We're ready》，兩文三語版本各有歌星擔大旗，她卻包辦所有和音，播遍中港台。幕後英雄無名，她的另一項專業，香港僅有的 300 多個臨床心理學家之一，引人入勝，最擅長將音樂和心理學 crossover。「我最大願望是提升小朋友的開心指數。一個人開心少少，就有能量面對挑戰。」陽光正能量滿瀉，明明在室內訪問，竟然有點曬。

May Chan

## 金培達拍檔 樣靚聲甜

她的紮實音樂底子，能編寫與灌唱和聲，連迪士尼電影來港，也要找她幕後配唱廣東歌，唱完《阿拉丁》Jasmine 公主再唱《睡公主》。她替漢堡包錄廣告歌，客戶問她：「可唔可以唱得好味啲。」怎樣交差？「好似沖涼唱歌咁，走走哋音，唔知唱緊定講緊咁囉！」

「阿 May 的聲音很清，穿透力強，很易帶起和音部分的音色。」榮獲柏林電影節最佳配樂銀熊獎得主金培達，與陳美鳳合作 10 年，信任至可以把和音編曲和錄音交給她：「和音歌手要唱出不同類型的風格，但她不止多風格，強項還包括扮演各種聲音，classical 又得，細路仔又得。」

到錄音室拍照那一夜，她與其他同事，錄製奧運倒數主題曲《We're ready》廣東版和音。手寫簡譜由她包辦，錄音後經電話筒，傳給身處港台頒獎禮的金培達，邊聽邊評邊改。這種錄法並不罕見，她錄製 Fancl「Less is more」，便要錄一次，用電話傳一次給身在內地的客戶，聽到她唱出日本味重的可愛聲綫，滿意收貨。

奧運歌也唱了，遲些又替郭富城演唱會做和音。不敢跟她說，她打滾樂壇 22 年的廣告歌與流行曲，簡直是香港人集體回憶，伴你成長。



她的音樂創作室，有齊電子琴、電腦、混音器等音樂器材。她會為了當學校義工，開班教小孩控制情緒，而推掉每晚收入動輒過千的演唱會和聲工作。

# 情緒管理 邊玩邊唱

陳美鳳的兒童心理工作最大特色，將臨床科學證實有效的方法，結合活動和遊戲，並跳出傳統一對一診症模式，改為四出到學校或私人機構開班，跟小朋友邊玩邊唱。「小朋友學習管理情緒，以集體小組形式學得最好，因為周圍有小朋友互相交流，學習如何相處和守規矩。」

她去過社署和社區中心開班，教小孩管理焦慮：「很多孩子很焦慮，焦慮到執拾書包很多次，不想上學，愈不理會問題愈嚴重。」最無奈的是，問題孩子易受問題家長潛移默化：「一個惡的小朋友，家中一定有一兩條『噴火龍』。一個焦慮的小朋友，至少有一個焦慮家長。」所以她的兒童心理小組，一定要家長出席最少兩課。

單身的她，最擔心現今的小孩子，不能承受失敗，老是不快樂。她自己當日去到英國留學，暑假時跟傳教士到秘魯傳教，面對文化衝擊，便茫然失措，自覺比不上西方同學。

## 學習接受失敗

「小朋友驚批評又怕輸，其實由大人灌輸價值。點解個人一定要成功，要考第一？」她自問小時成績並非最靚青，不過短跑游泳不時奪金。

「社會唔需要個個都做領袖，一間公司都係得一個 CEO 罷了，總要有人做廚師，做司機吧。」她與兩位臨床心理學家，撰寫「龍仔樂園故事集」兒童讀物系列，最受歡迎那本便叫《威威龍愛失敗》，入選教協「書叢榜」好書之一。她又親自撰寫「May 姐姐開心島」網頁，分享開心貼士，1 年瀏覽量約 15 萬頁次。

May 姐姐開心島網站：[www.jollyisland.net](http://www.jollyisland.net)

她有份撰寫的兒童讀物，純為理想無錢賺。其中一本《威威龍愛失敗》，獲教協青睞。

## 轉攻臨床心理 灌輸陽光正氣

「我都 4 字頭啦！」但她眼大大笑容甜美有活力，橫看豎看頂多 30 多歲，總是笑嘻嘻的。「如果你幾年前見我，並不是這樣的，讀完臨床心理學才變了。」

她想事業再進一步，恰巧 90 年代，臨床心理學在港逐漸普及，燃點她重拾心理學書包的念頭。由 00 年起，她花了近 4 年時間進修。

「受訓時見過青少年屢次偷竊，母親情緒又有問題，都唔知幫得邊個先，要兩個一齊做。」她想深一層，很多個案在幾歲時已出現問題，但父母不肯求助：「如果能專注兒童範疇，做好預防措施，灌輸正面的人生價值，去 make positive choices。」

「小孩愈細愈陽光，有很多能量。」她相信正向心理學，決心服務兒童，人也快樂了。她是孀女，想到自己的兒時歲月，雖然靠媽媽在油麻地玉器市場賣珍珠供書教學，放學後偶然要當小販，還蠻有趣的，一時幫手賣木瓜，一時在沙田賣帽子，6 兄弟姊妹很快樂。

她希望現在的小孩，也懂得快樂。最好的方法，就是協助小孩子發掘被遺忘的生命價值：「例如信任、寬恕、負責任、欣賞美麗和生命等，會令人精神健康好一點。」



- 01 奪得柏林電影節最佳電影音樂銀熊獎的金培達，坦言欣賞陳美鳳服務兒童和創作詩歌的決心：「出一隻 CD 不簡單的，更何況她做了幾集？」
- 02 她（左一）也是葉蒨文（前排中）演唱會的和音。
- 03 於 05 年葉德嫻（銀衣者）演唱會當和音。
- 04 04 年於中大完成臨床心理學課程，畢業時與母親合照，成為臨床心理學家，改寫她的人生目標。
- 05 86 年，她在英國基爾斯大學畢業，主修心理學，當年仍是「四眼妹」一名。



May Chan



她的聲線可塑性甚高，扮小孩也沒問題。

## 創作兒歌 編快樂指數

這些理應在幼稚園已學懂的東西，原來並非必然，不受重視，又有很多孩子寵壞了，不懂管理情緒。「將臨床證實有效的心理學技巧，再加上音樂，帶來的啟發更大。」

於是她作曲教小孩提高 EQ，最叻唱歌教心理，別樹一格：「市面很多課程教導控制 EQ，不過論成效，用一隻歌再加動作，小孩子永遠都記得。」

新鴻基地產「新地會」舉行「明日 CEO 培訓」親子活動，請專家培育小孩子潛能。人家教儀態教英文，她教管理情緒教陽光思想：「都要有 EQ，才做得到 CEO 的。」至少她的 EQ 不俗，見她長得嬌小玲瓏，我直接問她究竟有多高，她沒有黑面，笑笑口反問：「咁你的問題咁得意嘅？」大有本錢做開心姐姐。

無論是和音還是兒童心理工作，她安於當配角：「上天俾你有甚麼潛能，只要在社會能夠 fully utilize，就覺得開心。」她從不奢望自由和音變主音：「如果唱歌搶鏡，便沒有盡忠職守。」

近年國際流行比較各國快樂指數，香港一定頭 50 位不入。她渴望製作和研究香港小孩的快樂指數，知道他們的快樂程度，又想撰寫關於友誼、勇氣和陽光思想的兒歌，只恨時間與資金有限。「事業黃金期的能量，所餘不多了，趁還有 energy 便盡量做吧。」



她的工作室有大量 CD，不過最多的書本類型，卻是心理學。

她的兒童心理小組，與孩子唱唱跳跳，學習情緒管理與社交技巧，現實的成年人卻未必懂得欣賞。「有些家長覺得 EQ 不用付錢學，寧願俾 200 元補習。」



# 後記： 快樂小鳥

陳美鳳接受訪問的最大原因，是希望傳揚快樂訊息，讓公眾關心小孩的心智成長。

「我最唔想俾人 image 自己做演唱會。」她坦言日後會少接演唱會和音，抽更多時間服務小孩。

我疑惑的是，香港要打救的細路，不止細細路，還有大細路，尤其在股海翻波之際，點算好？

「美滿人生不是 problem free，也有 challenge 的嘛。」

Free 還 free，無腳小鳥嫌過時。她個人網站的域名，也叫 jolly bird，快樂的小鳥。

## 陳美鳳 小檔案

- 80年代 真光中學畢業
- 1986年 英國塞克斯大學 (University of Sussex) 社會心理學學士
- 1986年至今 曾於會計師樓人事部工作 1 年，後轉職和音，並兼顧作曲及編曲。亦是唱歌導師，出版兒童詩歌 CD 專輯。
- 1992年 於美國羅省 Dick Grove School of Music 深造作曲及編曲
- 2001年 香港大學後學士文憑 (心理學)
- 2004年 中大社會科學碩士 (臨床心理學)
- 2004年至今 註冊臨床心理學家，曾於全人發展中心工作。現與機構以項目形式合作，服務對象為兒童，並與兩位臨床心理學家合撰「龍仔樂園」兒童故事集。
- 2008年 獲英國文化協會選為 60 名留英傑出校友。