

## 口罩上身 顏值飆升？

記者 白茹伊 報導

2021/04/04

自去年新冠肺炎疫情爆發後，醫療口罩瞬間供不應求，迫使台灣政府必須實行配給政策，安排民眾持健保卡分流領取口罩。口罩產量逐漸穩定後，民眾開始在意起口罩的樣式與圖樣，其中引爆搶購潮的「中衛口罩」不僅有十多種顏色可供挑選，日前更推出「哈利波特入學通知款」，圖樣設計中包含不少魔法經典元素，如分類帽、飛天掃把等，讓哈利波特迷為之瘋狂，紛紛表示要「手刀去搶購」。

即便這些花樣讓戴口罩增添些許樂趣，但是長時間佩戴的不適感，仍會降低民眾出門時全程正確使用口罩的意願，而台灣確診數逐漸平緩下也讓大眾略為鬆懈，街上開始出現不戴口罩的零星路人。中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中日前在出席醫療論壇時便表示：「90%的人戴著口罩是比較英俊瀟灑又漂亮。」幽默地提醒民眾仍要記得佩戴口罩。然而，這不只是一句為了防疫宣導的趣話，路上的「口罩正妹」也不只是大家的錯覺。根據研究證實，變美、變帥跟戴口罩間，的確存在著關聯性。究竟「戴口罩」有什麼瞬間提升顏值的魔法呢？就讓我們來一探究竟！

### 大腦的秘密：想像力

早在2018年，日本電視節目《summers的神疑問》就做過相關的街頭實驗，隨機在街上找尋一百位戴著口罩的女性，詢問她們是否願意在鏡頭前脫下口罩。除了聚焦於前後的對比外，此節目也找來了心理學專業的內藤誼人教授，解釋為何「女性戴上口罩後會變得更加可愛」。當時教授表示，人類的大腦會自動將看不到的部分「腦補」成自己幻想中的模樣，因此觀眾在看這個街頭實驗時，自然會覺得每位女性脫下口罩前更加可愛，這便是因為我們的大腦將口罩遮掩住的部分「理想化」所致。





日本節目的街頭實驗，讓觀眾實際比對路人脫下口罩的前後差異。（圖片來源 / JOKERICE）

疫情爆發後，更是人人都配戴口罩上街，口罩的神奇「魔力」再度掀起一波討論風潮，台灣的大學生論壇——Dcard就出現許多篇文章討論：是錯覺，還是戴上口罩真的導致路人顏值皆提升？例如論壇一篇《[戴口罩的好處？](#)》，描述店員戴口罩後，一雙「電眼」讓人印象深刻。此文章共得到超過一萬七千個心情數，更有200多則留言紛紛表示贊同，「因為戴口罩大家顏值都提升了」、「口罩戴上去後大家都好好看」等回應，都反映出大眾普遍認同戴口罩跟顏值提高有一定的相關性。那口罩這個「顏值神器」，到底還有什麼秘密呢？

## 真的能變美，還不只一點點！

繼2018年日本的節目後，2020年8月由美國研究團隊發表的一篇《[Beauty and the Mask](#)》論文中，再度對「美與口罩的關聯性」做了探討與實驗，結論果真跟大眾的認知一致，再次證實戴口罩會讓人變得更加好看，而且有顯著的加分效果！

在進入實驗內容之前，先讓我們來理解「長得好看」的定義。根據頭型人體測量學之父——萊斯利·法卡斯（Leslie Farkas）博士在1980年代的研究，他指出一張臉的好看與否，很大一部分取決於嘴巴周圍部位的形狀與比例，包含比較狹窄的人中、較寬的嘴角距離與是否有較突出的上唇。基於此基礎，研究團隊便推測在戴上口罩後，少了下半臉的「重要資訊」，會導致人對於美醜的評價產生變化。

因此研究團隊從臉部資料庫中挑選出60副臉孔，年齡介於18至40歲之間，男女各半，並使用Microsoft PowerPoint在這些臉孔上模擬其戴著口罩的外觀。之後團隊找來496位受試者，讓他們為這些蒙面與否的臉孔評分，而研究者再依分數結果，將外貌分成好看、普通、不好看三個等級。



左側由上至下分別為被歸類成：不好看、普通、好看的臉孔，右側為研究團隊模擬其佩戴口罩的樣貌。（圖片來源 / 截圖自論文）

實驗結束後，研究團隊發現戴上口罩不僅會提升外貌分數，且原本評分中得分較低的臉孔經口罩掩蓋後，分數提升的幅度更為顯著！先前被歸類為不好看的臉孔，在蒙面後所有臉孔的分數都大幅增長，加成效果更達42%；原先被歸類為普通的臉孔，也有高達70%獲得加分，整體加成效果約為20%，且不分性別皆有加成效。有趣的是，有部分在開始時被歸類為好看的臉孔戴上口罩後，反而於再次評分中獲得較低的分數。由此實驗結果可見，「戴口罩」對於外貌的加成程度與原先的長相評分恰成反比。

此外，論文的最後也提到，大部分人的審美標準源於五官的和諧程度，包含面部較重要的對稱部位，例如鼻子、嘴唇、下巴等等，而戴上口罩後這些器官一下被全數掩蓋，因此人們較容易覺得眼前的臉孔為「美」，也傾向於將沒有呈現出的區域想像成一張完美的臉。恰巧呼應前段日本心理學教授提出的論點，印證人類

國立交通大學機構典藏系統版權所有 Produced by IR@NCTU

的大腦的確會掉入口罩設下的「騙局」中！

## 戴口罩會導致情感隔閡嗎？

即便戴上口罩可以「瞬間變美」，但以往人們都稱微笑為「最美的語言」，那只露出一雙眼睛的狀態下，會不會影響人與人的情緒傳達呢？上述論文於末段也提及，七種普遍的面部表情都會涉及整個臉部的表現，如果口罩遮掩住大半部分，是否會增加人們溝通之間的誤解機率？針對此問題，美國的新聞頻道——CNN邀請了德國心理學家赫斯（Ursula Hess）來解答，而在CNN的採訪中赫斯表示：「口罩並不會影響人們的交流方式。」根據赫斯的說法，人類有能力透過觀察他人眼神的變化來感知對方的情緒，大眾也可以使用臉的上半部位，如挑眉、眨眼等來表達所想，因此戴上口罩對於情感傳達的阻礙性其實不高。不過值得一提的是，仍有較難純以上半臉解讀的情緒，像是恐懼與驚訝，兩者情緒的表現會著重於嘴型上的差異，因此戴上口罩可能會提升辨別這兩種情緒的難度。



即使遮住了下半臉，人類仍可以透過眼神來辨別他人的些許情緒。（圖片來源 / [Unsplash](#)）

雖然戴上口罩無法隨時展現自己美麗的笑容，長時間佩戴也容易產生悶熱、冒痘等不適，但往好處想，戴口罩不僅能減少化妝品的使用，又能輕鬆成為他人眼中的帥哥美女，同時兼顧防疫與美麗，何樂而不為呢？

關鍵字：疫情、口罩、顏值神器、心理學、情緒感知

縮圖來源：[Pexels](#)



記者 白茹伊



編輯 邱靖雯