

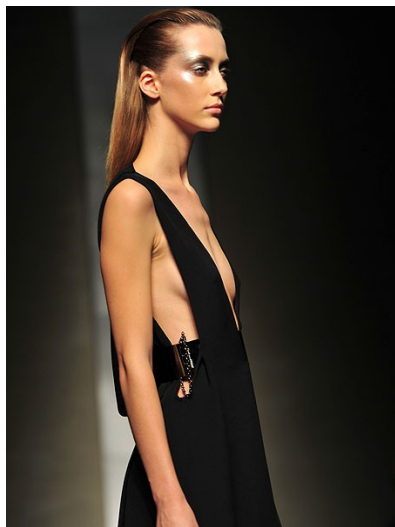


紙片人退燒 健康美正夯

2014-10-10 記者 黃詩涵 文



從一九九〇年代起，「瘦便是美，而且越瘦越美」的審美觀在時尚圈開始蔓延，隨著越來越多「零號」模特兒的出現，「海洛英式優雅」（Heroin Chic）這種以蒼白皮膚、骨感身形、病態形象所構成的美麗標準同時席捲了整個歐美時尚圈。在接下來十幾年裡，無數電影、電視劇以及廣告藉由藝人與模特兒纖瘦的模樣，塑造出女性理想身材的標準，不斷地影響著社會大眾對於美的定義，導致許多年輕女性為追求極致削瘦的體態，以不正常的減重方式傷害了自己的身體健康，甚至失去了寶貴的性命。



紙片模特兒曾大受時尚圈的寵愛，進而改變社會的審美標準。

（圖片來源／www.extratv.com）

「厭食症」又稱「神經性厭食症」，也是造成無數青春悲劇的主要殺手。男生女生皆有可能罹患厭食症，其中又以青春期的女孩患病的比例最高。雖然有少數個案顯示厭食症會發生在某些工作壓力較大的人身上，但主要的發病因素大多源自於患者對自己的身體形象存有錯誤的認知，也就是認為自己「永遠不夠瘦」。他們害怕進食造成體重增加，因此內心不僅討厭食物，同時也恐懼食物，所以利用過度節食甚至是強迫自己嘔吐的方式來達到維持身材的目的。

風潮不再 「反過瘦」興起

二〇〇七年米蘭時裝周刊發佈一系列怵目驚心的反厭食症海報，照片中骨瘦如柴、頭髮乾枯、乳房平坦、雙眼突出且面目無神的女孩是法國紙片女模卡洛（Isabelle Caro）。卡洛身高一百六十五公分，體重卻只有三十二公斤，她幼年時因想進入時裝表演界而開始節食，在十三歲便因此不幸地患上厭食症，自此飽受病痛折磨。為了警惕世人、同行並告誡盲目追求纖瘦的年輕人，卡洛勇敢地以裸身的方式呈現在鏡頭下，拍攝主題為「不要厭食」（No Anorexia）的系列宣傳海報。此舉最後致使法國、西班牙等地的時裝界重新檢視對於模特兒身型的要求，米蘭時尚界也禁止了BMI（身體質量指數）低於十八點五的模特兒登台走秀。



紙片女模卡洛拍攝的「不要厭食」畫報震驚全球。（照片來源／www.welovead.com）

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余膚色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思寧 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物

「反過瘦」理念的支持者透過媒體力量逐漸獲得社會大眾的重視，時裝品牌開始使用較豐腴的模特兒作為代言人，像是擁有健康身形的美國女星碧昂絲（Beyoncé Gisselle Knowles），她曾在替知名平價時裝公司代言時表示希望所拍攝的作品是以真實樣貌呈現，而非經電腦修圖後不符人體比例的宣傳照，在她的堅持之下該品牌最終使用了原圖作為廣告的呈現。

反之，設計師或品牌若使用紙片模特兒，則會受到大眾輿論的壓力，如二〇一一年米蘭時裝周上再度出現數名紙片模特兒的身影，引發英國媒體的大力抨擊。同年，美國人氣服飾購物網站也因使用紙片女孩艾莉坎道爾（Allie Crandell）作為型錄模特兒引起大眾的不滿與撻伐，由於反對聲浪四起，該購物網站的執行團隊便不再刊登任何由艾莉所拍攝的作品，直到她恢復為較健康的正常體重。



紙片模特兒艾莉坎道爾為美國知名購物網站拍攝的型錄照片，

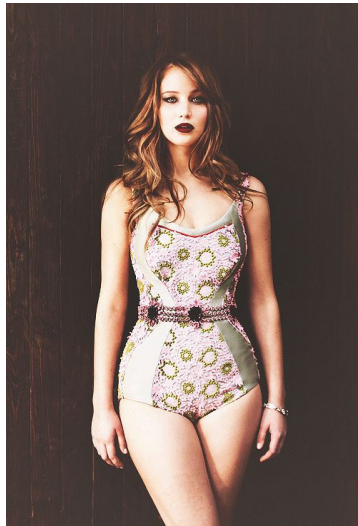
未料卻遭到社會輿論的批評。

（照片來源/hudabeauty.com）

不胖也不瘦 勻稱性感當道

根據韓國近期的理想體態調查發現，大學生心目中的完美身材已不再是紙片人的骨感美，勻稱有肉的線條美才是流行的趨勢。韓國流行女團miss A 中的成員裴秀智（배수지）身形肉感，但是卻打敗以纖細樣貌為代表的韓國藝人潤娥（윤아），成為最受韓國女性喜愛的身材。調查結果顯示，像潤娥這種太瘦的骨感美女，反而會讓一般女性覺得不真實且遙不可及，相較之下裴秀智微肉的體態便顯得平易近人，也自然許多。

以電影【飢餓遊戲】（The Hunger Games）走紅的好萊塢女星珍妮佛勞倫斯（Jennifer Shrader Lawrence），其較圓潤的身型也常遭到媒體與網友的嘲諷，不過珍妮佛自信地表示非常滿意自己現在的樣子，不會想成為骨感女，更不會為了減肥而刻意節食。雖然她沒有傳統電影女星的苗條身材，但憑著出色的演技與率真自然的個性依舊累積了許多粉絲，完全沒有因身型、外貌而降低了人氣。珍妮佛不僅推翻了越瘦越美的價值觀，更重要的是她透過公眾人物的力量影響許多青少年的審美標準，並改善年輕族群經常利用節食進行體重控制的不良風氣。



珍妮佛表示非常滿意自己肉肉的身材，並提倡「做自己」和「喜歡自己」的健康觀念。（圖片來源/www.pinterest.com）

肌肉鍛鍊 女孩也瘋

近年來，為培養結實肌肉而進行重量與肌耐力訓練的女性比例大幅提高。紙片人平胸扁臀風行的時代已經過去，取而代之的是另一股利用運動取代節食的風潮，旨在追求人體線條的完美比例。

當紅的臉書專頁「深蹲女孩」（Yeah, She Squats.）粉絲人數已超過一百二十萬，在專頁中所呈現的照片多為身材姣好的女性，而他們共通的特點便是同時擁有緊實渾圓且上翹的臀型與結實的腹肌，個個不瘦弱卻依舊性感。這些女孩利用固定頻率的基礎核心肌群訓練來進行身體曲線雕塑，無需昂貴的健身器材就能帶來許多效益，包括擺脫肥胖、遠離疾病、減少體指、幫助血液循環等。他們想傳達給大眾美麗不再是靠節食來達成，而是靠健身、訓練、充足睡眠以及正常飲食，健美的體態顛覆傳統性感的定義。



「蜜桃臀」與「馬甲線」這類肌肉型態的呈現皆成為現代女性所追求的性感新指標。（圖片來源/[Facebook專頁：Yeah, She Squats.](https://www.facebook.com/YeahSheSquats)）

反思「瘦」與「美」

雖然紙片人風潮已逐漸退去，但多數社會仍將「不胖」視為美麗的必需條件之一，微肉感美女的興起其實只是將女性外貌標準做微幅調整，並未完全改變這個視覺制度，但不論是「微肉美」或是「健壯美」，皆為當今流行的審美價值。如同許多流行事物，審美觀也會隨著時間推進行不斷改變，無法預測的是這股風潮能持續多久，之後又會發展出怎樣的美麗定義。

在這多變的世界裡，充滿善變的人類，昨天認同纖瘦骨感的美，今天追求豐腴圓潤的美，明天推崇不胖不瘦剛剛好的美。身處在這樣的環境中，唯有善待自己的身體並認同自我的樣貌，才能夠擁有自信快樂的人生。



橙色的季節 唯美「柿」界

新竹九降風吹起陣陣柿香，一片澄黃映入眼簾，那既是辛苦的結晶，也既是甜美的滋味。

[▲TOP](#)

[關於喀報](#) [聯絡我們](#)

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0