

## 藥用化妝品系學生化妝行為之探討

洪寶蓮

中國醫藥大學通識教育中心 副教授

### 摘 要

愛美是人的天性，化妝美化人生，本研究主要探討藥用化妝品學系學生之化妝行為，以本校 36 名選修「化妝心理學」藥妝三年級的學生為對象，透過開放性問卷的質性分析，探討這些美容專業科系學生的化妝行為。研究結果發現：

（一）藥妝學生在化妝整裝後，上課的心情感受大多數是正向的體驗，化妝可以使心情變好，打扮後較有活力與自信，整妝過後更會注意自己的言行舉止。

（二）藥妝學生對於化妝品的使用態度與使用習慣，多數同學平常不化妝但會使用保養品，認為保養的化妝品是一定要的，適當的妝更能增添自信美，大多數的同學認為保養品是必要的，化妝品則不是必要品。

（三）讓肌膚水噹噹的具體作法是多喝水、充足的睡眠不熬夜及多吃蔬菜水果。誠如文獻及本研究結果，化妝對心情及自信有幫助，對藥妝系學生而言，基礎保養比化妝重要，至於維持好肌膚的建議，在於使用天然的保養品，也就是多喝水、吃蔬果、睡眠足、常運動及保持好心情。

關鍵詞：化妝行為、化妝品、保養品、肌膚保養、藥妝系學生



## 一、前言

### (一) 研究背景

隨著醫學美容專業的發展，越來越多人意識到個體的化妝深受心理學的影響，女為悅己者容，愛美是人之常情，化妝心理涉及人類審美的心理與其人格特質，學者認為化妝是把臉畫成五顏六色，利用工具把臉部缺點加以修飾，是一種視覺藝術，發揮了繪畫與視覺想像力的一種藝術（胡寶林，1994），如臉寬的人可用灰色眼影，使得臉部變小之視錯覺應用。從心理學的理論來看，衣著鮮明的色彩，或是臉上有精緻的化妝等，也較能引起好的人際互動（余柏泉、李茂興等譯，2003），化妝是一門藝術，結合了色彩學、造型藝術設計、視覺傳達設計、表演心理、觀眾心理、人際關係與溝通，化妝美化人生，第一印象的好壞都決定於乍見的感覺，而人與人初次見面時表情就是決定印象好壞的因素（Anderson，1981），怪不得有人在公車裡就會拿出化妝包，開始塗睫毛膏或眼影。儘管社會文化睿智的告訴我們「不能以貌取人」，但是人們對於外表吸引力的反應還是很強烈，且樂於追求美麗的外表（Collins & Zebrowitz,1995），怪不得多數人熱衷於追求美麗的外表。人們渴望給他人好的印象，透過穿著打扮來提昇自我或改變他人對自己的觀點，氣味可以提振精神，產生鎮靜的感覺，例如使用香水或古龍水能增進第一印象，這些是有助儀態的表現（Baron,1989）。

為什麼外表的吸引力會引發吸引力呢？因為好看的人，能激發人們正向的情感（Kenrick et al.,1993），我們了解到情感是吸引力的主要決定因素，其中，外表的吸引力更不在話下，「美麗就是好的」（Calvert,1988）。研究發現，人們相信有吸引力的男人或女人，比沒有吸引力的人更沈著、有趣、善交際、獨立、令人喜悅、性感、適應力佳、有社交技巧及容易成功（Dion & Dion,1987; Moore, Graziano & Miller,1987）。亦有研究指出英俊的男子比不英俊的男子來得有男子氣概，美麗的女性比不美麗的女性來的女性化（Gillen,1981）。

身體意識是一種主觀的認識，包括對於自己的觀點、思考與感受，與其他的自我概念之間有密切的關聯，如自尊、自信，負面的自我概念往往導致負面的身體意識，而負面的身體意識更會加深負面的自我概念。Wayne & Liden(1995)的研究顯示，印象管理，讓自己看起來舒舒服服的，確實能讓人產生好感或好

印象。儘管吸引力的正面效果很多，仍有一些負面的評價與外表的好看與否有關，例如：一個美麗的女人常被認為是愛慕虛榮和追求物質享受的人（Cash & Duncan, 1984）。到底花錢作印象管理值不值得呢？透過增強自我的表現（儘可能讓自己看來舒服也讓人覺得舒服）改變他人對自己的印象，印象管理真的有效果（Wayne & Liden, 1995），誠如社會心理學家 Anderson (1981) 所言，第一印象確實對社會想法與行為有深遠的影響效果。

女為悅己者容，愛美人之常情，隨著醫學美容專業的發展，越來越多人意識到個體的化妝，需要具備彩妝與保養品的專業知識，化妝涉及人類審美的心理與其人格特質。根據時報週刊的報導顯示，這幾年最受業界期待的「新」熱門科系是藥用化妝品學系（林婷婷，2004，p81）。目前，國內有三所綜合大學、五所技職院校設有相關學系，綜合大學部分有中國醫藥大學藥用化妝品學系、高雄醫學大學香妝品學系及靜宜大學化妝品科學系；技職院校部分，則包括台南女子技術學院美容造型設計系、弘光科技大學化妝品應用與管理系、經國管理暨健康學院化妝品應用與管理系、嘉南藥理科技大學化妝品應用與管理系及屏東科技大學生活應用科學技術系「備案在即」的學校還有許多，希望藉由此發揮現代美容的專業（林婷婷，2004）。化妝品學系的興起，代表著化妝「是一門創造美麗的行業」、「是一門需要創意與藝術細胞的職業」，因此，本研究擬探討這些美容專業科系學生的化妝行為，此次初探性研究係以本校藥用化妝品系的學生為例，藉此探討對化妝「學有專精」科班學生之化妝行為為何？本研究對化妝行為的定義，參考「藥事法」中對化妝的相關界定（楊淑雲譯，2004，p16），係指用於增進人體清潔、美化、增添魅力、改變容貌、或是使皮膚年輕及其他類似的方法於身體上為目的，讓個體在使用時或使用後的感覺更具吸引力或美麗的個體行為，謂之化妝行為。

## （二）研究目的

在現今大學校園裡，化妝品已由過去的奢侈品，變成日常生活的基本品，且大學生的消費意識漸漸顯露，自主性也越來越高（李明賢，2004）。經由化妝，強化表情和雙眸的笑意，能改變他人對自己的印象，給人留下好的印象（Dion &

Dion,1987)。究竟大學生的「化妝行為」為何？愛美是人的天性，據時報週刊報導，藥用化妝品學系是最受業界期待的熱門科系，本校「藥用化妝品學系」，成立於2002年，設系的目標便是為了培育化妝品科技專業人才，以期達到化妝品美化人生及提升國內化妝品工業競爭力。因此，研究的目的是以本校「藥用化妝品學系」三年級的學生為例，探討這些美容專業本科系學生的化妝行為，化妝行為在本研究的界定上，則包含了大學生在化妝整裝後上課的心情感受、對於化妝品的使用態度與使用習慣、及讓肌膚水噹噹的具體做法等三方面的見解，藥用化妝品學系的學生不但要學習醫學美容的專業知識，對於化妝亦需要具備專業知能，希望能藉此化妝行為的探討，更清楚大學生的化妝心理與態度。

## 二、相關文獻探討

### (一) 何謂化妝品？

化妝是結合色彩原理與心理學而來的一門視覺藝術，它是以美學、心理學為基礎（劉思量，2004），再運用各種服裝、工具(眉筆、睫毛膏)、材料、技巧而成，而化妝的內容更包括臉部、服裝、髮型、場合等的設計，化妝品依照使用後表現出來的效果，可區分為色彩化妝品（例如：口紅、眼影、腮紅、粉餅等）和保養化妝品（例如：化妝水、乳液、面霜等），一般而言，化妝品的流行，大多是由國外開始，然後再帶進國內（李仰川，1999）。化妝品究竟是甚麼？在「藥事法」中有其法律上的定義，藥事法是規範醫藥用品的法律，因為化妝品是直接塗在皮膚上的，所以也和藥品一樣需要接受管制。法律中稱為化妝品者，是指對於人體的清潔、美化、增添魅力、改變容貌、或是使皮膚年輕及保持毛髮健康，可以塗抹或噴灑等其他類似的方法於身體上為目的之物，且對人體產生的作用是溫和的（楊淑雲譯，2004,p16）。日本西岡一博士從藥事法的定義中指出，化妝品的五項功能，有下列五項：1.「清潔」：肥皂及洗髮精之類的清潔劑屬之2.「美化」、3「增添魅力」、4「改變容貌」則屬於彩妝類，如：粉底、口紅、睫毛膏、眼影、指甲油等，都具有修容的功效。5「保持健康」則是護膚之類的用品，如乳液和面霜等基礎保養品。最後，「對人體產生的作用是溫和的」，是指不需像醫藥用品的作用那麼強烈，也就是說原料必須是一些溫和的東

西(楊淑雲譯, 2004), 想要更加美麗的趨勢使現代美容是成為醫學領域的一部份, 美容醫學是繼傳統的預防醫學、治療醫學和康復醫學之後的第四醫學, 是興起的美容醫學專業, 掌握醫藥知識基礎的美容工作者, 具有一定的發展空間。

## (二) 美麗與魅力

「美就是好」的刻板印象是否存在? 男女大學生皆認為「外表具有吸引力」的人, 比較有社交技巧、比較友善, 而且適應良好, 似乎美貌的人, 英俊的人特別具有社交能力, 較外向、受歡迎, 也被認為比較性感、比較快樂, 比較有主見(Feingold, 1992)。這樣的刻板印象會產生其真實性, 是因為從小到大, 長的好看的人會受到較多他人的注意, 而這樣的注意有助於發展良好的社交技巧, 的確會產生自證預言的效應, 就像美女多溫暖、聰明、自信、有禮貌, 醜女則是多作怪(余柏泉、李茂興等譯, 2003), 社會心理學の後設分析研究顯示, 男人與女人對於外表吸引力一樣的重視, 但是, 男人確實比女人更重視外表的吸引力(Feingold, 1990)。美的文化標準為何? Tseelon(1995)認為在大眾媒體的灌輸之下, 有了一套共同的美的標準, 美人們的相同特徵就是小而挺的鼻子、迷人的大眼睛、形狀美好的嘴唇、完美無暇的皮膚及苗條動人的身材, 就好像芭比娃娃一樣。以男大學生為例, 研究發現, 有些美的表準是共通的, 在女性身上, 高度吸引力的臉部特徵是大眼睛、小鼻子、小下巴、突出的顴骨、窄臉頰、眉毛要高、瞳孔要大、臉帶微笑是美女的象徵(Cunningham et al., 1993)。反之, 從女大學生看男生的英俊時則發現, 在男性身上, 高度吸引力的臉部特徵是特徵是大眼睛、大下巴、突出的顴骨、以及一個迷人的微笑是英俊的象徵(Cunningham et al., 1995)。從上述研究發現, 兩性都喜歡大眼睛, 娃娃臉一般而言是很有吸引力的, 因為那會使人產生溫暖、想照顧他人的感覺。也都喜歡突出的顴骨, 這是象徵成熟的人所具有的特徵。

## 三、化妝後更美麗

因為想要更加美麗, 所以化妝品的相關科系成了大學「熱門」的科系, 化妝的目的不外是為了解變及讓人心情開朗更有自信(林婷婷, 2004)。的確, 化

妝品使肌膚有年輕的光彩，就像嘴唇令人憐愛、水汪汪的眼睛、高高的鼻子，如：粉底、蜜粉、口紅、腮紅、睫毛膏、眼影、眼線液、指甲油等，這些比起沒有化妝的素臉來說，使人年輕、有魅力多了，如果化妝化的好，不但能滿足自己的需要，也使人看起來更年輕、更有魅力（楊淑雲譯，2004）。化妝是一種視覺經驗的想像和再現，也是一種人際溝通的視覺語言，愛美是人的天性，雖然美麗並無放諸四海皆準的鐵則，但是，一個人對自己的容貌有信心，自然會散發自信的神采（林婷婷，2004）。如何妝出好臉色呢？日本西岡一博士建議，保養肌膚的真正關鍵就是營養、睡眠、運動及有意義的生活，也就是全方位保養皮膚，如果持續不規律的生活習慣及飲食，將導致皮膚的負擔與刺激，這樣想靠化妝品來達到美麗，是不可能的。基於此，多吃蔬菜水果，適量的運動及選用適合自己膚質的保養品都很重要，熬夜會造成肌膚無法適時得到修復，因此會老化得特別快，是保養肌膚的最大殺手；心情常保輕鬆也很重要，能夠充滿朝氣、心情雀躍，不管幾歲，魅力都不會消失（引自楊淑雲譯，2004,p128）。

#### 四、大學生化妝行為之相關研究

李明賢（2004）以國內 1,512 位大學生的調查發現，高達 77.9% 的人是因為「美麗需求」選購化妝品，可見美麗的事業前途大有可為。2003 年李明賢針對 453 位大學生化妝品消費行為進行研究，其中的五項發現說明了大學生的化妝態度：1. 注重清潔保養有 373 位（佔 82%）、2. 有使用保養品習慣者 267 位（佔 82%）、3. 滿意目前的保養品有 317 位（佔 70%）、4. 保養品越便宜越好 46 位（佔 10%）、5. 學過美容相關課程者 54 位（佔 12%）。進一步在 2004 年的調查發現指出，大學女生對化妝品的需求普遍分佈在 300 元以下者佔 33.3%，400 至 1000 元者則佔 38.7%，化妝品每月的消費約每月 500 元；亦發現專業美容課程會引導消費者更了解產品的知識，對產品趨勢也會影響，F 值達顯著，顯示了美容性商品受到美容專業課程的影響極大（李明賢，2004）。愛美是不分男女的，隨著時尚美容科技的進步，化妝除了是一種禮貌，也是表達自我風格與美的一種表現，Jensen-Campbell 和同事們針對男女大學生進行的研究發現，男性對異性吸引力的判斷主要是根據外表，而女性在判斷異性吸引力時則是依據外表和行為特質（Jensen-Campbell et al.,1995），這個發現和兩性選擇配偶的差異一致，

女性在選擇配偶時較注意特質，而男性則較注意外表和長相（kenrick et al.,1994），熱衷追求外表的吸引力，特別是在決定約會對象時，更是重要（Sprecher & Duck,1994），在 Plessner-storr(1995)的實驗中發現，男大學生們十分渴望被一位很有吸引力的女陌生人所喜歡，他們會為了能獲得那位女性的青睞表現出虛偽的態度以迎合對方；但是對於一位沒有吸引力的女性，他們的做法卻是相反的。上述研究肯定了大學生對於美麗外表的重視，對於美麗吸引力的追求，使眾多大學生因為美麗的需求而選購化妝品（李明賢，2004），正因如此，這項生活藝術成爲受到期待的專業科系，使化妝藝術在大學校園中逐漸發揮影響力。

### 三、研究方法

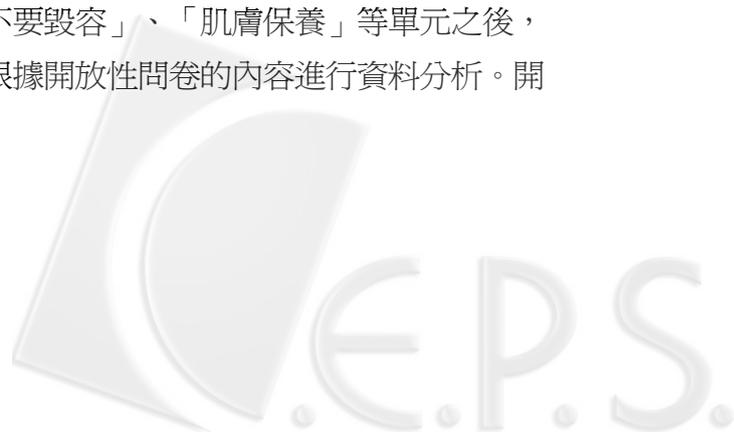
本研究以選修「化妝心理學」課程之藥妝系三年級學生爲對象，透過開放式問題收集資料，開放性問題較具彈性，學生在問題回答上，有較多自由的空間表達個人的觀點，因此，本研究以開放性問卷作爲調查法的實施工具，將研究對象、研究工具、資料整理與分析說明如下：

#### （一）研究對象

以中國醫藥大學九十四學年度第一學期，藥妝系三年級學生，選修「化妝心理學」課程者爲對象，共有 36 位學生選修，本研究即是以選修此課程的學生爲研究對象。

#### （二）研究工具

「化妝心理學」課程，希望能結合藝術心理學、相關美容醫療知識及實務應用與練習，來提昇藥用化妝品科系的知識與技能，以促進未來的發展空間。在進行完「整妝來上課」、「要美容不要毀容」、「肌膚保養」等單元之後，讓藥妝三年級學生填寫開放性問卷，根據開放性問卷的內容進行資料分析。開放性問卷的大綱如下：



- ★1.化妝整裝來上課的心情感受為何？
- ★2.對於化妝品的使用態度與使用習慣為何？
- ★3.讓肌膚水噹噹的具體做法為何？

### (三) 資料整理與分析

先閱讀三十六份問卷，之後進行編號及輸入逐字稿，之後逐句轉登錄為文字敘述，再由研究者進行資料的編號，為確保受調者資料的保密性，受調者一律以符號代表，代表符號為 M，符號後面的數字依序代表屆數及編號，M101 代表男生一號，M201 代表女生一號，以下類推。原始資料編碼，逐字稿抄謄完畢後，從句中的回答，將可能的內容列下來，並將發生的次數作歸類，再列出所有因素，以便於資料分析。資料檢核，本研究採用質的研究方式，資料來源主要來自問卷內容，為提高研究信度與效度，資料檢核採取如下措施：

- (1) 研究者以逐字稿轉錄方式呈現資料。
- (2) 研究者事先列出問卷大綱，在研究過程、資料分析中與二位研究助理不斷地就原始資料的歸類加以討論，之後再確定編碼 (Coding) 的項目，內容則是以學生的原始資料作為引證，隨時省視，盡量保持客觀立場。
- (3) 研究者長期投入此研究問題，益有助於資料分析的信度與效度。
- (4) 為掌握逐字稿的文字分類工作，研究者周詳地閱讀資料，從分類工作中檢視資料及類別。

### 四、研究結果與彙整

報章雜誌常常介紹有關化妝品、化妝常識的專欄，許多關於美容、保養、化妝的書籍，更不時登上銷售排行榜，時報週刊同時也報導出，這幾年最受業界期待的熱門科系是藥用化妝品學系。愛美是人的天性，藥用化妝品學系的學生不但要學習醫學美容的專業知識，對於化妝亦需要具備彩妝與保養的專業知能，研究者以本校「藥用化妝品學系」三年級的學生為例，探討這些學生在化妝整裝後上課的心情感受、對於化妝品的使用態度與使用習慣、及讓肌膚水噹

嚙的具體做法三方面的見解，初探這群大學美容專業的本科系學生，如何詮釋「化妝」美化人生的具體想法與做法。

### (一) 化妝整裝來上課的心情感受

「妝扮的確能夠改變心情」。(引自 M101)

「外表加分、自信加倍」。(引自 M204)

「今天是為將來做準備，這是出社會後的必要裝備...」。(引自 M109)。

「妝扮後感覺氣色變好也超有精神的、感覺很新鮮，很有活力...」。(引自 M207)。

從開放性問卷整理中得知，化妝整裝來上課的心情大多數是正向的體驗，在歸納整理學生意見後，研究者歸納為以下六項，因填答者所描述的內容不侷限於一項、二項，因此在內容的人次整理上，超過 36 人次，共 47 人次。

**1.化妝可以使心情變好(15 人次)**，在這項感受中，同學們的描述內容為：妝扮的確能夠改變心情，看見大家整妝來上課，心情都變得好起來，班上的氣氛變得超好的。

**2. 打扮後較有活力與自信(9 人次)**，在這一項的感受中，同學們的描述內容為：妝扮後氣色變好也超有精神的，感覺很新鮮，很有活力，較有自信，也讓人耳目一新。自信也是打扮自己的方法之一。

**3. 整妝過後更注意自己的言行舉止(8 人次)**，在這一項的感受中，同學們的描述內容為：上妝後會受到好多人的關注，提醒自己舉止不能粗魯，感覺會害羞，既期待又怕受傷害。

**4.原來大家都是潛力無窮的(6 人次)**，在這一項的感受中，同學們的描述內容為：覺得大家化妝後都很可愛，藥妝系都是帥哥和美女，班上從前不曾穿裙子的女生都穿來了，感覺很興奮，覺得走路有風多了。

**5.更勇於嚐試穿著打扮(4 人次)**，在這一項的感受中，同學們的描述內容為：發現對於以前不敢穿的衣著，真的穿了也沒什麼，下次就敢嚐試更多了。這也是為將來做準備，是出社會後的必要裝備，要勇於嚐試。

**6.感覺不自在怕被取笑(5 人次)**，在這一項的感受中，同學們的描述內容

爲：從未打扮過，突然的妝扮，很怕被同學取笑。真怕嚇到了大家，突然打扮還是感覺到不自在。

## (二) 對於化妝品的使用態度與習慣

「雖然自然就是美，但我相信適當的妝會更增添自信。像我個人皮膚偏黑，氣色看起來就比較差，自從開始化妝後，大家都說我氣色很佳」。(引自 M105)

「對於化妝品，其實並沒有很大的使用慾望，和睡眠比較起來，我選擇睡眠充足，人體會有自我修復..」。(引自 M213)

「化妝品是可以讓人更有自信的東西，因為我是單眼皮的，所以睫毛膏是我出門必備的東西，會讓我看起來比較有精神...」。(引自 M111)。

「我在升大學時，才開始接觸保養品，多從日常生活中攝取足過的營養，就可以改善體質及由內而外地展現自信及容貌」。(引自 M220)。

根據藥妝三年級學生們的想法意見，研究者歸納爲以下八項：

**1.平常不化妝，但會使用保養品(11 人次)**，在這項意見中，同學們的描述內容爲：以現在的年齡，化妝不是必要的，要以保養爲主。每天使用洗面乳、化妝水、保濕乳液和防曬乳，大概都是清洗及基本保養的化妝品，平日幾乎都無化妝，頂多就只會擦防曬乳，因爲其實皮膚很容易受環境影響而破壞，因此需要一些基本的保養。

**2.自然就是美，適當的妝更增添自信美(6 人次)**，在這項意見中，同學們的描述內容爲：平常畫上淡淡的妝，讓心情很好是很不錯的。化妝品可以讓人更有自信，讓我看起來比較有精神，其實適當的使用化妝品能給人清新的感覺。如果只花點小錢，就讓自己變漂亮，多點自信，多點開心，就值得了！平常會用的化妝品就是防曬睫毛膏，護脣膏，都是很基本的東西，化妝品以簡單就好。

**3.使用化妝品與保養品選用適合個人的品牌很重要(5 人次)**，在這項意見中，同學們的描述內容爲：發現要找適合自己的保養品真的很重要，別人用的有效或名牌專櫃的保養品不一定自己合用，不需要一昧的追求名牌或是價格高昂的保養品，才不會產生過敏或臉部傷害！找到適合自己的保養品和化妝品很



重要的！化妝品應選擇有牌子有信用的產品，以適合自己肌膚為主。

**4.保養的化妝品是一定要的（7 人次）**，在這項意見中，同學們的描述內容為：基礎保養是必要的，如保濕防曬類可以保護皮膚，至於美容類的化妝品，如粉底眼影睫毛膏等，則是可有可無，除了重要聚會或場合，覺得不要化妝比較好。每天出門一定會擦防曬乳液。

**5.選擇充分的睡眠而不是使用化妝品（3 人次）**，在這項意見中，同學們的描述內容為：對於化妝品，沒有使用慾望，選擇睡眠充足，人體會有自我修復，給予充分休息，就不怕有痘痘了，且不喜歡有東西覆在臉上的感覺。

**6.多吃蔬果多喝水才是讓臉美的根本（2 人次）**，在這項意見中，同學們的描述內容為：水分對肌膚真的很重要，肌膚的含水量高，肌膚自然會健康，多喝水可以排除身體內的廢物，也可以使體內新陳代謝更快。多吃水果維他命 C 的豐富更助於皮膚紅潤有光彩。多喝水多吃水果，有好的體內環保自然皮膚就會漂亮。

**7.男生本來就不太用化妝品，注重保養（2 人次）**，在這項意見中，同學們的描述內容為：現在很多男生也都漸漸的注重保養，我覺得如果可以讓自己皮膚變好的話，就可以用，但不會用化妝品。

**8.化妝品對人有益有壞處（2 人次）**，在這項意見中，同學們的描述內容為：塗越多越傷害皮膚，所以只要基礎保養品就好。化妝使人神清氣爽，看起來很有氣色，但是卸妝若不乾淨，不僅使臉色膚色變黃（色素堆積），還會產生很多皮膚的問題，所以使用化妝品的好處與壞處皆存在。



表一：藥妝系三年級對於化妝品種類的使用態度與習慣

		必要(人數)		非必要(人數)		難以界定
保養品	洗面乳	21人	2人	無		2人
	化妝水		2人			
	乳液		3人			
	護脣膏		4人			
	防曬乳		4人			
	護手霜		1人			
	作息睡眠飲食		5人			
化妝品	眼影	4人		9人	1人	
	睫毛膏		3人		2人	
	隔離霜		1人		4人	
	彩妝粉底				2人	

其中，再根據學生所填出之化妝品種類，整理出統整表（表一），從表一的整理中歸納出，大多數的同學認為保養品是必要的（21人次），化妝品部分，只有4位同學認為化妝品是必要的，有9位認為化妝品不是必要的。在保養品方面，藥妝三年級學生認為睡眠飲食（5人）護脣膏（4人）、防曬乳（4人）、乳液（3人）、洗面乳、化妝水、護手霜等，是較常使用的保養品。至於化妝品方面，睫毛膏（5人）及隔離霜（5人）較多人使用，彩妝粉底、眼影亦是使用的化妝品。另有2名學生，在開放性的問答中，未特定提及保養品或化妝品的種類。誠如同學所言「化妝品可以用來輔助，增加自己的美」，但如果真的出現問題，如痘痘、紅腫過敏等，還是要以正常的日常生活作息為主，多吃蔬菜，多喝水，才是讓自己臉美美的根本之道，畢竟臉上反映的問題，是身體出的問題，除了比較正式的場合會化妝之外，基礎保養還是很重要！

### (三) 讓肌膚水噹噹的具體作法

「每天早晚洗臉，洗完臉後要記得擦化妝水和乳液，個人建議用保濕性的化妝水和乳液這樣皮膚才不會暗沉」。(引自 M215)

「多喝水不吃辣，不吹風，洗臉後一定要用化妝水，保濕做好，多敷臉..」。(引自 M103)

「多睡、早睡、心情保持愉快，睡美容教是我認為最棒的方法。多喝水也很重要，而且不容易曬黑！多吃水果皮膚紅潤有光彩。」(引自 M212)。

「每週敷 1~2 次深層清潔面膜。深清面膜可吸出皮膚污垢，還可攜出毛孔內多餘的油脂，敷完後皮膚很清爽，連續幾天臉都不會有很多油」。(引自 M109)。

引述四位同學的具體作法，從問卷整理中，大多數的同學認為所描述的具體做法，很多同學列舉出多項，因此在人次整理上，遠遠超過 36 人次。讓肌膚水噹噹的具體做法，根據同學的填答，多喝水(22 人)、充分的睡眠不熬夜(14)、多吃蔬菜水果(12)是保持肌膚水噹噹的前三名作法。多喝水，幫助代謝，水攝取充足臉會自然透出光澤。睡眠充足品質優良，睡的好自然皮膚好精深煥發。多吃水果維他命 C 的豐富，更有助於皮膚紅潤有光彩。茲將學生們所提之具體做法，依人次陳列出前十名：

- 1.多喝水(22 人次)
- 2.充足的睡眠，不熬夜(14 人次)
- 3.多吃蔬菜水果(12 人次)
- 4.洗完臉一定要用化妝水或乳液(7 人次)
- 5.依敷質的不同擇用清水或洗面乳徹底清洗臉部肌膚(7 人次)
- 6.保持心情愉悅(5 人次)
- 7.多敷臉(5 人次)
- 8.不要用太多化妝品(3 人次)
- 9.使用適合自己的保養品(3 人次)
- 10.多運動(3 人次)



除了上述前三名介紹外，使用化妝水及乳液(7 人次)也很重要，整理學生們的意見是使用化妝水及乳液時，不單單只是輕輕塗抹而已，花點時間輕輕拍打與按摩，可以更幫助吸收，可以讓臉看起來較小，皮膚也較緊實。另外，在依敷質的不同擇用清水或洗面乳徹底清洗臉部肌膚(7 人次)方面，同學們推出之洗臉好乾淨的做法是夏天臉較易出油的人，洗臉時可先用溫水拍濕臉（使毛孔張開可有效清洗）再用洗面乳清洗。洗臉藥分三部分：額頭、臉頰、鼻子下巴，每部分以畫圈的方式輕揉十圈，用冷水把洗面乳沖乾淨，因為用冷水可以使毛孔收縮。皮膚比較乾燥人，在冬天的早上洗臉時可以只用溫水洗臉，晚上洗臉時再用洗面乳徹底的洗乾淨。

保持心情愉悅(5 人次)、多數臉(5 人次)、不要用太多化妝品(3 人次)、使用適合自己的保養品(3 人次)及多運動(3 人次)也都是讓肌膚美麗的關鍵。如何保持好心情呢？同學們提及多睡、早睡、心情保持愉快，可以聽輕鬆的、喜歡的音樂，聽廣播、看雜誌、看書、看電視；平時可用滋潤保師面膜敷臉，每週再配合全臉去角質，在敷上強力滋補型面膜，如果可以每個禮拜敷一次臉；化妝美容保養品不用擦太多，對肌膚也是種負擔，不要用太多化妝品，用了一定要卸妝，台灣空氣太差，不管怎樣都要卸妝；選擇適合自己的保養品，皮膚狀況不佳時要看醫生，個人的體質不同，用對保養品很重要；多作運動，放鬆肌肉與心靈，會使身體機能運作正常做運動，也可以睡的更好，讓肌膚變好。

## 五、結 論

本研究主要探討「藥用化妝品學系」三年級的學生的化妝行為，探討這些學生在化妝整裝後上課的心情感受、對於化妝品的使用態度與使用習慣、及讓肌膚水噹噹的具體做法三方面的見解，研究結果發現：

- (一)藥妝學生在化妝整裝後，上課的心情感受，大多數是正向的體驗，內容歸納為 6 項：化妝可以使心情變好（15 人次）、打扮後較有活力與自信（9 人次）、整妝過後更會注意自己的言行舉止（8 人次）、原來大家都是潛力無窮的（6 人次）、更勇於嚐試穿著打扮（4 人次），及感覺不自在怕被取笑（5 人次）。

(二)對於化妝品的使用態度與使用習慣，藥妝三年級學生們的想法意見，歸納為 8 項：平常不化妝，但會使用保養品（11 人次）、保養的化妝品是一定要的（7 人次）、自然就是美，適當的妝更增添自信美（6 人次）、使用化妝品與保養品選用適合個人的品牌很重要（5 人次）、選擇充分的睡眠而不是使用化妝品（3 人次）、多吃蔬果多喝水才是讓臉美的根本（2 人次）、男生本來就不太用化妝品，注重保養（2 人次）、化妝品對人有益有壞處（2 人次）。再從學生所填出之化妝品種類整理出，大多數的同學認為保養品是必要的（21 人次），化妝品部分，只有 4 位同學認為化妝品是必要的，有 9 位認為化妝品不是必要的。

(三)讓肌膚水噹噹的具體作法，根據藥妝三年級學生們所提之具體做法，前 10 項包含了：1.多喝水(22 人次)、2.充足的睡眠，不熬夜(14 人次)、3.多吃蔬菜水果(12 人次)、4.洗完臉一定要用化妝水或乳液(7 人次)、5.依敷質的不同擇用清水或洗面乳徹底清洗臉部肌膚(7 人次)、6.保持心情愉悅(5 人次)、7.多敷臉(5 人次)、8.不要用太多化妝品(3 人次)、9.使用適合自己的保養品(3 人次)、10.多運動(3 人次)。

本研究了解到，平時不化妝的藥妝學生，在化妝整裝來上課後體驗到了妝扮的確能夠改變心情，化妝使外表加分、自信加倍，更重要的是感受到有精神、有活力，化妝後會留意個人的言行舉止，也更勇於嚐試及發現化妝後班上都是帥哥美女，大家的潛力無窮，當然也有少數人的感覺是不自在的。就如文獻所提，化妝使人更美麗，化妝後亦能激發人們正向的感覺，美的感覺確實不錯。

在大學校園裡，化妝品真的成了日常生活的基本品嗎？從這次的研究中發現，大多數的同學認為保養品是必要的，化妝品較不是必要的。化妝品可以用來輔助，增加自己的美，比較正式的場合會化妝之外，基礎保養是大多數同學重視的行為。肌膚好才能造就水噹噹美人兒，多喝水、充足的睡眠，不熬夜、多吃蔬菜水果是藥妝系學生維持肌膚美麗的常用方法，這樣的方法比使用保養品或化妝品的人數多，換言之，要賺取這些美容專業科系的化妝品費用，也不是很容易。藥妝系學生頗推薦的天然保養品，則是吃好、睡好、運動，保持心情舒暢，自然就能容光煥發，喝足夠量的水，不僅幫助美容，還可排除身體廢物，接近大自然，最好不要熬夜（會影響代謝速度），睡眠充足、多吃鮮果、少

吃油炸類食物，最重要的還是保持愉快的心情，多多走向大自然，吸吸芬多精，自然美就會漸漸靠近了！。

## 誌謝

感謝中國醫藥大學九十四學年度校內研究計劃（編號：CMU94-055）部分經費補助及審查教授所提供之寶貴建言，使本文順利完成，特此致謝。

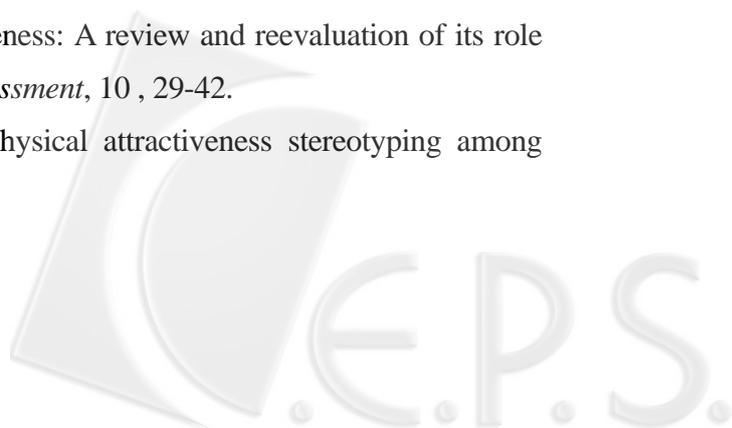
## 參考書目

### 一、中文部分

- 1.李仰川（1999）：《化妝品學原理》（台北：文京圖書有限公司）。
- 2.李明賢（2004）：《台灣大專院校女生化妝品消費行為研究》，國立中山企業管理學系碩士論文，未出版。
- 3.林婷婷（2004）：〈讀藥妝美容系捧珍珠飯碗〉，《時報週刊》，第348期，80-87頁。
- 4.劉思量（2004）：《藝術心理學—藝術與創造》（台北：藝術家）。
- 5.楊淑雲譯（2004）：《要美容不要毀容》（中壢：咖啡田）。
- 6.胡寶林（1994）：《繪畫與視覺想像力》（台北：遠流出版公司）。
- 7.余柏泉、李茂興等譯（2003）：《社會心理學》（台北：弘智文化）。

### 二、英文部分

- 1.Anderson, N. H. (1981). *Foundations of information integration theory*. New York: Academic Press.
- 2.Baron, R. A. (1989). Applicant strategies during job interviews, In G. R. Ferris & R. W. Eder (Eds.), *The employment interview: Theory, research, and practice* (pp.204-216). Newbury Park, CA:Sage.
- 3.Calvert, J.D. (1988). Physical attractiveness: A review and reevaluation of its role in social skill research. *Behavioral Assessment*, 10, 29-42.
- 4.Cash, T. F., & Duncan, N.C.(1984).Physical attractiveness stereotyping among



- black American college students. *Journal of Social Psychology*, 122 , 71-77.
- 5.Collins, M.A., & Zebrowitz, L. A. (1995).The contributions of appearance to occupational outcomes in civilian and military settings. *Journal of Applied Social Psychology*, 25 , 129-163.
- 6.Cunningham, M. R., Robert, A. R., Barbee, A. P., Druen, P. B., & Wu, C. (1995).”Their ideas of beauty are , on the whole, the same as our”’: Consistency and variability in the cross-cultural perception of female physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*,68, 261-279.
- 7.Cunningham, M. R., Groth, G. E., Trost, M. R., & Sadalla, E. K.(1993). Integrating evolutionary and social exchange perspectives on relationships: Effects of gender, self-appraisal, and involvement level on male selection criteria. *Journal of personality and Social Psychology*, 64, 951-969.
- 8.Dion, K. L., & Dion, K. K. (1987). Belief in a just world and physical attractiveness stereotyping . *Journal of personality and Social Psychology*, 52, 775-780.
- 9.Feingold, A. (1990). Gender differences in effects of physical attractiveness on romantic attraction: A comparison across five research paradigms. *Journal of Personality and Social Psychology*,59, 981-993.
- 10.Feingold, A. (1992). Good-looking people are not what we think. *Psychological Bulletin*, 111 , 304-341.
- 11.Gillen, B. (1981). Physical attractiveness: A determinant of two types of goodness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7 , 277-281.
- 12.Jensen-Campbell, L. A., West, S. G., & Graziano, W. G.(1995). Dominance, social orientation, and female preferences: Do nice guys really finish last? *Journal of Personality and Social Psychology*,68, 427-440.
- 13.Kenrick, D. T., Groth, G. E., Trost, M. R., & Sadalla, E. K.(1993). Integrating evolutionary and social exchange perspectives on relationships: Effects of gender, self-appraisal, a  
Ò involvement level on mate selection criteria. *Journal of personality and Social*

- Psychology*, 64, 951-969.
14. Kenrick, D. T., Neuberg, S. L., Zierk, K. L., & Krones, J.M.(1994). Evolution and social cognition: contrast effects as a function of sex, dominance, and physical attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20 , 210-217.
  15. Moore, J. S., Graziano, W. G., & Miller, M.G. (1987). Physical attractiveness, sex role orientation , and the evaluation of adults and children. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13 , 95-102.
  16. Plessner-storr, D.(1995). Self-presentation by men to attractive and unattractive women : Tactics of ingratiation, blasting, and basking. Unpublished doctoral dissertation, University at Albany, State University of New York, Albany.
  17. Sprecher, S., & Duck, S.(1994). Sweet talk: The importance of perceived communication for romantic and friendship attraction experienced during a get-acquainted date. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20 , 391-400.
  18. Tseelon, E.(1995).*The Presentation of Woman in Everyday Life*. Thousand Oaks, CA: sage.
  19. Wayne, S. J., & Liden, R. C. (1995). Effects of impression management on performance ratings: A longitudinal study. *Academy of Management Journal*, 38 , 232-260.



## A STUDY OF COSMECUTICS MAJORS' MAKEUP AND SKINCARE BEHAVIORS

**Bao-Lien Hung**

Asistant Professor, General Education Center, China Medical University

### **Abstract**

This study is aimed to investigate Cosmecutics students' makeup and skincare behaviors. The subjects involved were 36 junior students of Coseumetics department. The data collection tool was a questionnaire designed for the course "Psychology of Makeup". Data analysis first indicated that most participants shared a common view that under makeup they felt more confident, cheerful and dynamic and were more motivated to behave themselves. In addition, the results showed that most subjects regarded daily use of skincare products as essential, but not cosmetics. Thirdly, they believed the keys to keep skin soft and smooth were a good sleep and adequate intakes of drinking water, vegetables and fruit. All in all, the research results of the present study were in agreement with the findings of previous studies.

Keywords: Makeup behavior, cosmetics, skincare products, skincare, cosmecutics majors

Requests for reprints should be sent to Bao-Lien Hung, General Education Center, China Medical University, 91 Hsueh-Shih Road, Taichung 404, Taiwan.

E-mail: [blhung@mail.cmu.edu.tw](mailto:blhung@mail.cmu.edu.tw)

