

# 被“扭曲”的身体形塑：青年女性盲从减肥的现象研究与归因分析

□ 陈相云

**摘要：**近年来，女性盲从减肥的现象渐趋泛化，并且主要以青年女性为主。通过对研究对象的访谈发现青年女性盲从减肥现象是不良的竞争机制、男性的目光在场以及时尚审美的现代形塑等多种力量共同影响的结果。这种盲从减肥现象背后所隐含的深层社会原因是文化规训下的社会控制、当代焦虑以及身体形塑背后的社会污名与自我协调。而青年女性应该理性地认知减肥这种行为，避免过分盲从而陷入异化的境地。

**关键词：**身体形塑；盲从减肥；青年女性

DOI:10.19633/j.cnki.11-2579/d.2019.0012

## 一、问题的提出与文献回顾

从古至今，面容姣好、身材突出的女子一直是人们关注的焦点。从三国时期曹植笔下的“肩若削成，腰如约素”<sup>[1]</sup>，到北宋周邦彦笔下的“桂华流瓦。纤云散，耿耿素娥欲下。衣裳淡雅。看楚女，纤腰一把”<sup>[2]</sup>，从汉宫飞燕的“掌中起舞”到明清时期风靡全国的“扬州瘦马”<sup>[3]</sup>，从古人对女子的称赞中不难看出，女性身材自古以来就被视为衡量美的重要标准，即使是在以胖为美的唐朝，也存在“抱月飘烟一尺腰”的绝世佳人<sup>[4]</sup>。在当下社会，人们更是把美丽与身材清瘦、骨感联系在一起，因此“减肥”便开始在民间盛行，甚至被当代诸多青年女性认为是关乎人生的一件“大事”。由于受到“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也”传统儒家思想的规制，古人求瘦的过程往往需要保持一定的理性，否则将被视之为不孝。然而在当代社会，“减肥”开始被社会大众所接受并逐渐发展成为一种普遍的身体实践方式<sup>[5]</sup>。安东尼·辛诺特在《社会身体》一书中所提出的自我规划如今已经被转变为身体规划。爱美之心

人皆有之，在这个以瘦为美的时代，减肥成为女性群体探讨的公共话题<sup>[6]</sup>。“要么瘦，要么死”成为当今众多青年女性的“座右铭”，变“瘦”演变成部分青年女性的一种“执念”，越来越多的女性参与到这项规模浩大的运动中。

目前关于减肥的相关研究主要集中于心理学和健康研究领域，以女性身体为研究对象考察身体控制与管理、减肥和体重指数（BMI）<sup>[7][8][9]</sup>，同时也有越来越多的学者关注到青少年减肥以及大众传播媒介对于青少年的影响<sup>[10][11]</sup>，已有的文献从社会文化的角度对减肥现象的研究较少。总体而言，已有的研究表明大多数减肥的青年女性对自己的体重有着错误的认知，过于追求身形苗条以符合大众审美的流行时尚已经超出了正常体重所允许的健康范围<sup>[12]</sup>。

当前，减肥俨然已经成为青年女性所热衷的一种重要身体实践。为什么青年女性在正常的体重范围之内选择去减肥，而且参与人数不断增加，并呈现出泛化的发展趋势？这种盲从减肥的现象是如何形成的？影响她们过度减肥的社会和文化因素有哪些？带着这些议题，本文尝试对青年女性盲从减肥的现象进行深入探究并做出归因分析。

本文主要采用个案研究方法,旨在通过具体的案例达到对青年女性盲从减肥现象的具体认识。通过对21位女大学生和职场青年女性的深度访谈收集研究资料,并对访谈资料进行有效的整理与分析,在此基础上尝试以青年女性盲从减肥的行为为切入点,运用布迪厄在社会理论中提出的“生存心态”视角对青年女性盲从减肥的现象进行解析。

“生存心态”在布迪厄的研究中主要是指在特定的历史条件下在个人意识中内化了社会行为影响的总结,并作用于个人和群体的特定思维和行为方式,对社会成员构成具有长期效用的秉性系统,并且通过内化会自然地指挥和调动个人和群体的行为方向,赋予各种社会行为以特定的社会意义<sup>[13]</sup>。因为“生存心态”从根本上影响人们的社会行为、生活风尚、行为选择等社会表现并发挥重要的导向作用,所以“生存心态”可以成为解释当下青年女性盲从减肥的诠释依据。

## 二、青年女性盲从减肥的特征: 窈窕淑女,减肥更狂

布迪厄强调“生存心态”是在长期的历史发展中慢慢沉积并逐渐内化为心态结构,并对个体的社会行为和意识发挥重要的导向作用,因此行动者所处的社会环境、经验以及潜意识等诸多因素均对行动者自身有着重要影响。福柯在《规训与惩罚》和《性史》等著作中也强调身体所受到的形塑往往被铭刻上各种流行的形式,它并不是通过意识形态进行控制,而是在日常生活中的空间、实践与运动的组织和调节来实现<sup>[14]</sup>。相较于过去,当下的年轻女性愿意投入更多的时间对自己的身体进行管理并主动约束。研究数据表明,在女性的整体中,青年女性的减肥意愿是最为强烈的,18岁到40岁的青年女性群体减肥意愿要远远高于40岁到60岁的女性,而随着年龄的增长,肥胖女性的比例从5.9%一直增加到38.1%,呈现出年龄越大身体越胖的发展特征,然而女性的减肥意愿却从52.8%降到31.1%,二者呈现出反向的发展趋势。也就是说越年轻的女性形体越符合正常的健康范围,但是年轻的女性却更希望减去自身并不存在的“肥”,年龄越大的女性更容易超出正常的体重范围,相反的是她们减肥的意愿反而更低<sup>[15]</sup>。当前,在强调减肥的社会氛围烘托下,抗拒或者排斥减肥的青年女性越来越少。

公司的同事经常会说我胖,其实我现在的体重才46公斤,按照身体质量指数(BMI)的测算方法完全在正常的范围之内,我知道他们可能是无意识的,但说者无意,听者有心,所以后来我就开始立志要减肥,让自己看起来更苗条一点。(LY)

起初我并不想减肥,我还未结婚生育,身材保持得很好,也并没有走形。但后来发现周围的闺蜜都在通过调整饮食、运动或者作息来减肥,有些身高160厘米,体重只有40多公斤,其实在我看来她们已经很瘦了,由于经常一起吃饭、逛街,她们提议我也参与到她们队伍中去,大家可以相互监督。而且告诉我把身上多余的脂肪减掉之后看起来更年轻漂亮,我也就参与进去了。(ZYP)

“骨瘦如柴”成为当代青年女性的理想形象,尽管这一理想存在不同的地域差异,但是目前已经成为衡量青年女性的重要标准。越来越多的年轻女性受到从众效应的影响开始加入减肥的队伍,尽管她们并未被定性为肥胖。

父母一直劝我不要减肥,说我现在才23岁,至今还没有成家,如果过度减肥会对身体造成很大的损伤,甚至会影响将来的生育,但我从事的工作就是服务行业,如果自身无法保持苗条的身材,很快就会被淘汰。(CY)

工作还是很重要的,我今年刚生完孩子就开始到产后服务中心做健身,就怕自己的身体走形,我还要买很多的减肥药品、健身课程等。像在我的单位,如果你很胖的话,别人会认为你肯定会比较好吃懒做,容易给同事造成一种不信任感。(DZ)

在当今富足的社会,无论是工作还是日常生活都面临着女性要苗条和性感这一社会的无形压力,因此她们不得不与增加卡路里的食物保持一定的距离<sup>[16]</sup>。当前理想的女性身材尺码总是在不断地“缩水”,从玛丽莲·梦露到现代维密的超级名模,苗条的尺码使得越来越多的女性难以企及。而在当今社会中处于事业上升期的青年女性,如果自身的身材无法达到周围所认知的性感或者勉强看得过去的尺码就会引发一系列严重的后果,并对她的生活和工作产生重要影响,甚至于被其他人认为是作风懒散。在这样的情形之下,身体形塑往往被扭曲,促使众多青年女性加入到盲从减肥的热潮中。盲从减肥的风潮在年龄较高的女性群体中反而有所减弱,这些存在事实肥胖的年龄女性反而参与的意愿更低。

我现在上年纪了,再有两年都退休了,胖一点也

没有什么关系，这些都无所谓，只要不影响身体健康就行。当然我还是比较注重饮食的，但是并不会很刻意地去减肥，身体是最重要的。（YSL）

我女儿平常倒是会经常去健身房，她之前说我现在变成了大肚婆，想让我和她一起去减肥。其实我女儿才25岁，体重只有45公斤，研究生刚毕业参加工作，但是年轻人你管不了的，劝了也没有效果，我自己就不跟着她们年轻人折腾了。（SYB）

青年女性成为盲从减肥的主力，因为她们需要继续事业的打拼，不得不提高自身主体的觉悟，顺从现代社会主流的审美观。但是与年轻女性不同的是大龄女性盲从减肥的意愿并不高，职场和生活的进一步提升无望以及体能的消退均成为她们对抗社会主流审美的重要因素，因此在盲从减肥的女性群体中呈现出年轻化的发展态势。

### 三、女性的春天还是主体的丧失 ——青年女性盲从减肥的社会基础

#### 1. 交响乐式的表演：男性的目光在场与女性的身体呈现

布迪厄认为在社会实际运行过程中存在某些价值群，可以促使某些个人或者部分群体自然而然地或者无意识地接受他们的观念，在这个社会场域中发挥各种价值交互的整体被布迪厄称之为“交响乐式的表演”，通过这种形式所呈现和突出的主题对所牵涉的个人和群体会发生重要影响。事实上，女性不得不学习凭着一副所谓的“不堪重负的身体”生活下去<sup>[17]</sup>。女性的身体对整体的社会氛围具有极强的敏感性，在以男性为主导的价值群体交互作用下，审美观念依然依附于男性文化。而现代诸多年轻女性的自然形体与男性理想中的形体审美观是存在偏离的，即便这种形体审美观念所期望形塑的身体超出了正常的健康指数范围，但这仍旧迫使女性对自己的身体表征有着更加细致的要求，实现所谓的女性气质与外在形貌之间的完美匹配。

生活中很多男同事会说我很胖，事实上并非如此，只是没有达到他们认为女性应该达到的理想的形体状态而已。很多女同事都害怕别人说自己很胖，所以周围的很多人在拼命地减肥，甚至成为公司女性的流行文化，几乎所有人都加入了这个行列，无论你胖还是不胖。（LMJ）

其实我们很多人都活在别人的眼光中，尤其是男

性的目光中，因为无论是在私营企业还是企事业单位，主导者仍旧以男性居多。他们仍然发挥着主导作用，女性更多的是附和男性的审美而盲目地进行减肥。（SC）

男性的目光是一种隐性的社会在场，并且对女性的身体形塑发挥着重要的影响。通过这种隐性的“注视”将女性的外在形貌通过男性的视角进行建构和制作出来，进而通过社会氛围的整体营造将男性的社会“注视”转变为女性自身的“注视”。正是这种男性目光的隐性在场引导女性更加疯狂地追逐自身形体的完美呈现，从而忽略了精神世界的完善和充实<sup>[18]</sup>。虽然男性对美的评判标准并不是一成不变的，但是长期以来男性主导身体变化的总的原则一直是社会发展的主轴而且从未有所偏离。而女性作为社会中的个体和行动者，通过长期习惯化的生活表演以适应男性的隐性目光在场，那些本来潜伏在潜意识中的行动模式和思维方式促使女性慢慢地顺从并慢慢呈现出“应该那样做”和“应该那样表现”的固定模式，进而在社会网络结构中更加确定这种具有过度瘦身特征性质的形体样态。

#### 2. 时尚审美的现代形塑

21世纪以来消费主义的盛行将时尚产业开始转移到身体的表征，以往强调要通过苦行僧般的修行对自我身体严格操控进而转变为注重身体的外形管理<sup>[19]</sup>。正是借助于消费主义的观念，时尚开始通过身体呈现出一种主流审美。特纳发现身体已经成为现代社会权力机构发展的重要对象，时尚的审美已经不再过分强调内心的控制，而是转变为对身体外表的控制<sup>[20]</sup>。不同于传统观念所注重的在消费领域中要勤俭的作风，现代社会的转型，女性主义的兴起激励着现代化的女性走向职场，既努力工作又致力于消费，身体成为异性对外展演中的重要对象，无论是公开场合还是私密场合皆如此。

如果你现在长得很好看，但是体形胖的话，大家并不会认为你很好看，至少认为你现在的状况很可惜，空有一个美丽的外表。现在是一个靠颜值的社会不假，但是体形也成为外在颜值的重要组成部分，因为现在的主流审美就是这样，身形会给人一种视觉的冲击力。（WXX）

美的身体已经发展成为当今社会主要的消费品，优美的身体曲线也成为时尚发展的主流观念。时尚审美塑造了现代女性身体的商品特性，再加上现代多媒体的大力渲染，社会对身体的审美关注程度不断提



升,由此导致减肥成为年轻女性闲聊的热门话题。正如吉登斯所描述的那样,从现代人对与减肥瘦身等主题相关的诸多科技的追捧可以透视出身体已经成为现代人们关注的焦点,对形体的塑造与保养是对身体加以建构和控制的主动关怀和表达<sup>[21]</sup>。身体逐渐发展成为社会成员彼此认识和交流的重要窗口之一,每一个社会成员都试图在身体的“看”与“被看”的凝视快感中寻求完美。这种女性通过盲从瘦身所呈现的身体图像是生存心态在个体减肥实践中所表现出来的。生存心态作为一种结构性系统就是把个体放置于铸模中,使个体无意识地实现既定的思维模式。在这一过程中生存心态使得个人或者群体在欣赏身体所凸显的图像时,显示出不同的爱好。这里所谓的爱好就是对不同的身材进行分类和鉴别的美学判断,并在此基础上产生一个区别性的系统<sup>[22]</sup>。而这种区别性的系统形构了现代的时尚审美,从而对女性的身体进行规训和形塑。

### 3. 不良的竞争机制

年轻女性对身体形貌重视的背后进一步凸显出当今社会的不良竞争机制。相较于过去,青年女性虽然拥有一定自我决策的空间和自由,但是仍旧无法摆脱现代社会中的不良竞争机制。身形外貌愈加紧密地和社会竞争力绑定在一起,并且呈现出愈演愈烈的发展态势,因此很多青年女性开始相信良好的外形可能会帮助自己获得更好的生活。

有时候社会挺不公平的,男性出去工作可能更多地靠才能,然而女性在工作领域大家首先就是先看你的外形,所以我一直在从事减肥,即使每天下班很辛苦,我还是会去健身房,因为这也是你竞争的资本。如果你外貌很好,身材也特别突出,你就会有很大的自信,反之在工作中可能会更加辛苦。(LBB)

从访谈对象的谈话中可以看出苗条性感的外形能帮助女性在工作中增加更多的便利性,大环境的影响促使女性不断形塑自己的身体以增加获得平等机会的砝码。由此可见随着女性身体的形塑有可能摆脱过去不公的境遇,但是却步入了一个他者化的领域。因为年轻女性的减肥并非是根据自身的实际需求所从事的一种享受型的身体实践,而是立足于一种社会所建构的物质意义的欲望之上<sup>[23]</sup>。因此身体不再是自然和社会互动的桥梁,进而沦为社会竞争机制之下的“超性物”<sup>[24]</sup>。在美学的范围之内,性感和苗条并非是一种功利性的产物,但是现代社会女性对自己身体的人力、资本和时间的投入比以往任何时代都更多,通

过种种技术管控预防身体的走形,从而提升自我警戒以防止降低自我的社会竞争力,这种过度减肥的身体形塑实践实质上是对当下社会不良竞争机制抗争的一种投射。

## 四、盲从减肥的归因分析: 扭曲了身体,还是驯化了心灵

### 1. 自我展演的社会控制

当今的中国,在减肥方面女性无疑比男性表现出更大的热情和盲从。大多数女性并非因为肥胖而减肥,医学所标定的超重与年轻女性在主观定义上的超重有明显的背离。女性盲从于减肥并非是因为身体因素的影响。由此看出现代社会的高度发展使得女性在形体塑造的过程中不知不觉地接受“剥削”,并接受除了职业发展以外的“再度控制”。

其实女生减肥的目的很简单,就是为了穿漂亮的衣服、找男朋友或者抓住老公的心,还有就是为了保住现在的工作或者找到好的工作。(ZY)

相关研究表明,在控制了年龄的影响因素之后,促使女性减肥的因素主要有学历(学历越高,减肥的意愿越强烈)、收入(收入越高,减肥的意愿越强烈)、居住的城市、工作、婚姻、社会关系、为了保持容颜年轻等<sup>[25]</sup>。由此可见,女性减肥更多的是社会控制的结果,减肥不再是一种单纯的个体现象,而是一种社会文化现象。从本质上进行审视,青年女性之所以如此热衷于减肥更多的是受到当代社会价值观念的影响,长期生活的文化环境给予女性的信息反馈是“外形≈成功”的价值判断标准<sup>[26]</sup>。身形已经成为一种社会符号,并有进一步演变成成为权力和地位等象征性资产的发展趋势。在社会大众不断将苗条与骨感推向主流审美的神坛之上时,正如布迪厄所说的,一种特性如果符合社会建构成的集体期待,符合社会多数人的价值追求,那么它便会发挥作用,进而发出命令促使那些服从于命令和社会集体期待的人产生符合多数人所倡导的一定的性情倾向,这些人甚至在没有充分考虑的情况之下就直接理所应当地进行服从<sup>[27]</sup>。尽管每个社会成员有着不同的生存心态,但是他们并不是完全依据自身的主观意愿发挥生存心态,而是在无形中依靠整个社会结构力量影响自身行为的选择,并且在无意识下按照社会所规定的方向而行动。女性在整个文化氛围的烘托之下无形之中收到这种“命令”并且有效服从,因此在一定程度上以瘦

身为目的的个体的身体由此呈现出更多社会控制的色彩，表现出一种社会化的身体。

## 2. 当代焦虑

社会的不良竞争机制导致青年女性群体为了有效适应社会环境，提升社会竞争力从而选择从事减肥，然而这种捷径的选择却又反作用于女性，并加重了她们在社会生存的焦虑感。风险社会的内涵和逻辑曾被社会学家进行过专门的讨论，风险社会的显著特点是对未来充满了担忧和焦虑<sup>[28]</sup>。玛丽·道格拉斯也针对身体的形塑提出所谓的“微观世界”，即物质身体的形象能象征性地再现“宏观世界”，即社会身体的主要弱点和焦虑，因此身体的形貌对女性未来的发展具有重要的社会性能。当代的青年女性对未来充满了想象，但同时也伴随着一定的社会恐惧。现代社会对于身体形貌的过度关注促使她们不得不致力于身体的改变，苗条的身材可以增强她们的自信，克服对未来的恐惧以及增加在职场中进一步发展的砝码。

很多职业竞争力都很大，需要我们保持一个良好的形象，我们经常说现在是一个靠脸吃饭的社会，其实单纯靠脸已经不行了，如果身材不好就无从谈什么形象的问题，而且你并不清楚你的未来会在哪里，做什么？所以还是要给自己一个好形象，时刻准备着，万一离开现在的公司不至于找不到工作。（WSH）

在很多公司能够和上层领导进行密切接触的都是文秘，你看她们哪一个不是有很好的身形外貌。其实她们有些人在公司的业务能力并不突出，但是在职场中她们升职也很快，最主要她们形象好，带出去谈业务比较有面子，像我们这种身材比较平庸的不知道什么时候才能熬出头。（LYF）

身体在现代社会中逐渐被商品化，并通过一些具体的方式（例如减肥）成为一种综合性的身体资本形式，从而可以帮助女性有效地积累各种社会资源，进而转化为经济资本、文化资本和社会资本。在布迪厄那里，身体图像的完美呈现可以帮助女性在不同的场域表现出多种策略化并进一步构成身体和资本等诸多要素的相互转化关系及其机制基础<sup>[29]</sup>。人们并不排斥由于自身的知识储备和社会技能所带来的固定差距，但是通过身体形貌与资本的自由转化所导致的差距超出了现代诸多年轻女性的心理预期和心理承受能力的底线。性感与苗条作为社会对女性的主流审美提升了部分青年女性的社会竞争力，迫使许多女

性对未来增加了更多的不确定性因素和焦虑，因此社会环境激发了当代年轻女性对自我身体的关注和控制，她们清楚地意识到身体形貌对自己未来有着重要的影响，必须要做到未雨绸缪。正如罗森所说的，那些既要相夫教子又要在职场中打拼的女性经常会体验到情绪和生理的巨大压力，因为事情永远做不完，时间总是不够用<sup>[30]</sup>。

## 3. 身体形塑背后的社会污名与自我协调

苗条程度如今已经成为社会主流价值观所标定的“女性美”，因此女性开始接受并实践这种美的价值观念，在她们以苗条程度作为美的价值导向时，“肥”便被置于瘦的对立面并被女性所“仇视”，“肥”不再是一种形容身体的中性词汇，而是转化为形容女性的社会污名。

因为自己比较胖，所以好几次别人介绍对象的时候，男方看到之后都无法接受，最后都不了了之。不仅仅是恋爱的问题，现在去找工作也不太方便，大家似乎都不太能接受一个女胖子在单位存在。（WJR）

社会污名作为一种消极的刻板印象<sup>[31]</sup>，承受污名的一方往往被排斥或者拒绝于社会交际之外，从而促使被污名的对象难以获得相应的权益享受。除非一个群体通过投入大量的社会资源在一定程度上能够影响大众已然形成的观念和态度，否则污名就很难进行消除。对于女性而言，尽管其人数众多，甚至于拥有众多的社会和经济资源，但在以男权文化为核心的社会体制之下，其所望达成的效果十分有限。由此“肥胖”被公众污名化，女性接受这种观念并不断地自我强化和自我评价。这种对“女性美”的社会所标定的判断标准的认同促使她们为了保持或者追求社会地位更加倾向于盲从减肥，这一身体的形塑使得恐惧被污名化的减肥运动在社会空间中得以进一步的延伸和再生。在整个社会的大场域影响之下，瘦身和骨感成为当下社会对女性身材的重要判定标准，进而影响诸多青年女性盲从于减肥。这种一心求瘦的生存心态作为内化的社会行为的总结果始终按照主流审美标准综合得出的总力场方向自我运作，潜意识中影响着社会成员的行为选择，由此瘦身便成为社会成员的重要追求，肥胖则沦为整体审美场域中的差异性存在。因此个体成员为有效避免因与社会总体审美的不协调性而导致自我的紧张状态，从而强制自身减肥，进行自我差异的协调以适应社会主流审美的判定标准。

## 五、结 语

一种健康的、理性的减肥行为和身体形塑可以为女性增加更多美的特质,得到社会大众的认可和赞同。合理的减肥不仅能够提升女性的身体质量,同时也有利于增加女性的自信心,促使她们以更高的热情投入工作与生活。然而现代中国青年女性的盲从减肥的非理性行为更多地传递出社会背后所隐含的文化制度和内涵,个体对身体的不断加工就是身体技术不断完善的过程<sup>[32]</sup>。身体技术是指根据社会的不同发展阶段,人们灵活性地使用他们身体的各种方式<sup>[33]</sup>。未来发展的不确定性将青年女性置于一个充满更多风险的社会空间,主流审美观念的隐性在场促使女性迎合不断缩水的理想尺码。因此女性通过对身体的不断形塑因应社会中的风险因素,而男性的目光在场以及时代审美的现代形塑也在一定程度上引导青年女性更加倾向于盲从减肥。

在女性盲从减肥的过程中,自我身体的形塑并不是个体的美丽呈现,而是一种符合社会集体期待的自

我展演。无意识地盲从减肥使得个体身体折射出社会化的诸多因素,这种社会化因素背后表现出一种社会控制的色彩,进而符合男权文化所主导的社会价值。男权主义、时尚主义等诸多社会的隐性力量在无形中对女性身体进行规训以巩固男性的社会地位,而倾向于男性的社会竞争机制迫使女性盲从减肥以符合男性的价值期待,由此减肥不再是单纯的个体享受型的实践,而转变为一种功利性的产物。通过对女性美的社会标定以及肥胖的污名化,青年女性的主体意识不断被削弱,并且通过在社会空间的延伸和再生实现女性地位的自我弱化。

总而言之,盲从减肥这种现象所呈现的并不是一种个体的行为,而是中国现代化发展进程中的时代产物和社会缩影。作为青年女性,可以理性利用主流价值对苗条的判定从事减肥运动形塑自己的身体以增强综合竞争能力,但是也应避免过分附和盲从减肥而陷入异化的境地。■

陈相云:上海大学社会学院社会学专业博士研究生

责任编辑/杨守建

### 参考文献:

- [1] 常勤毅.论中西文人女性人体描写的审美特征[J].世界文学评论,2007(2):240-244.
- [2] 周邦彦.解语花·上元[J].中华活页文选,2015(9):85-87.
- [3] 班固.汉书[M].北京:中华书局,1962:3988.
- [4] 温庭筠.温庭筠诗词选[M].刘学锴,注评.郑州:中州古籍出版社,2011:318.
- [5] 毕达.“减肥瘾”的人类学研究[J].广西民族研究,2016(2):11-20.
- [6] 人民网-科普中国,注意啦!盲目减肥可能会致使疾病缠身[EB/OL].<http://health.people.com.cn/n1/2016/1101/c404177-28823979.html>,2016-11-01
- [7] 杨丽珠,李晓溪,高雯.应对计划对女大学生减肥效果的影响:情绪调节和理想体型有调节的中介作用[J].心理发展与教育,2013,29(3):319-326.
- [8] 李洁,王玉侠.肥胖发生机制及减肥方法的研究现状[J].中国体育科技,2006,42(2):64-67.
- [9] 梁成军.减肥方法及其效果研究综述[J].中国体育科技,2008,44(2):91-94.
- [10] 徐敏,钱宵峰.减肥广告与病态的苗条文化——关于大众传播对女性身体的文化控制[J].妇女研究论丛,2002(3):22-29.
- [11] 高星,徐松美.偏差与虚拟:减肥报道对青少年自我认同的消极影响[J].中国青年社会科学,2016(1):64-68.
- [12] 孙海婷,罗正学,关可心,等.女大学生减肥行为及其心理健康的调查研究[J].现代生物医学进展,2013,13(19):3752-3755.
- [13] [22] [29] 高宣扬.布迪厄的社会理论[M].上海:同济大学出版社,2004:115-116,128,121.
- [14] 苏珊·鲍尔多.不能承受之重:女性主义、西方文化与身体[M].南京:江苏人民出版社,2009:191.
- [15] [25] 潘绥铭,黄盈盈.性之变:21世纪中国人的性生活[M].北京:中国人民大学出版社,2013:109,112.
- [16] 希林.文化、技术与社会中的身体[M].北京:北京大学出版社,2011:176.
- [17] 希林.身体与社会理论[M].北京:北京大学出版社,2010:31.
- [18] 章立明.身体消费与性别本质主义[J].妇女研究论丛,2001(6):57-60.
- [19] [26] 黄寒冰.时尚的身体抑或异化的身体——消费视域下的身体审美景观及其反思[J].浙江社会科学,2018(4):136,137.
- [20] 汪民安.后身体:文化权力和生命政治学[M].长春:吉林人民出版社,2003:399.

(下转第46页)



## 参考文献:

- [1] [2] [8] [9] [12] [13] [17] [18] [23] [26] [47] [53] [54] [57] [58] [59] 中共中央文献研究室. 习近平关于青少年和共青团工作论述摘编[M]. 北京: 中央文献出版社, 2017: 108, 69, 45, 90, 54, 66-67, 67-68, 65-66, 61, 102, 77, 62, 70, 65, 82, 62.
- [3] [7] 毛泽东选集(第5卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1977: 319.
- [4] [5] 列宁全集(第7卷)[M]. 北京: 人民出版社, 2013: 334, 332.
- [6] [41] [56] 习近平. 在同各界优秀青年代表座谈时的讲话[N]. 人民日报, 2013-05-05(2).
- [10] [11] [48] 习近平. 做党和人民满意的好老师——同北京师范大学师生代表座谈时的讲话[N]. 人民日报, 2014-09-10(2).
- [14] [19] 习近平. 青年要自觉践行社会主义核心价值观——在北京大学师生座谈会上的讲话[N]. 人民日报, 2014-05-05(2).
- [15] [16] 习近平. 把思想政治工作贯穿教育教学全过程, 开创我国高等教育事业发展新局面[N]. 人民日报, 2016-12-09(1).
- [20] 黄志坚. 青年学新论[M]. 北京: 中国青年出版社, 2004: 54.
- [21] 马克思恩格斯全集(第21卷)[M]. 北京: 人民出版社, 2003: 270.
- [22] 列宁全集(第39卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1986: 293.
- [24] [29] [52] [55] [61] 习近平. 习近平在同团中央新一届领导班子成员集体谈话时强调代表广大青年赢得广大青年依靠广大青年让广大青年敢于有梦勇于追梦勤于圆梦[N]. 人民日报, 2018-07-03(1).
- [25] 习近平. 在庆祝中国共产党成立95周年大会上的讲话[M]. 北京: 人民出版社, 2016: 27.
- [27] [42] [45] 习近平谈治国理政[M]. 北京: 外文出版社, 2014: 49, 173, 51.
- [28] 习近平. 在庆祝中国共产党成立95周年大会上的讲话[N]. 人民日报, 2016-07-02(2).
- [30] 列宁全集(第8卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1995: 123.
- [31] 邓小平文选(第1卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1994: 276-277.
- [32] [51] 习近平. 习近平在同团中央新一届领导班子成员集体谈话时强调紧跟党走在时代前列走在青年前列在实现中华民族伟大复兴的征途上续写新光荣[N]. 人民日报, 2013-06-21(1).
- [33] [34] [39] [44] 共青团中央, 中共中央文献研究室. 毛泽东邓小平江泽民论青少年和青少年工作[M]. 北京: 中国青年出版社, 2003: 69-70, 30, 236-237, 237.
- [35] [38] 习近平. 弘扬人民友谊共创美好未来——在纳扎尔巴耶夫大学的演讲[N]. 人民日报, 2013-09-08(3).
- [36] 习近平. 习近平出席第十五届中越青年友好会见活动时的讲话[N]. 人民日报, 2015-04-08(2).
- [37] [43] 习近平. 在欧美同学会成立100周年庆祝大会上的讲话[N]. 人民日报, 2013-10-22(2).
- [40] 习近平. 习近平在中国政法大学考察时强调立德树人德法兼修抓好法治人才培养励志勤学刻苦磨炼促进青年成长进步[N]. 人民日报, 2017-05-04(1).
- [46] 习近平. 习近平看望南京青奥会中国体育代表团[N]. 人民日报, 2014-08-16(1).
- [49] 习近平. 习近平在中共中央政治局第十三次集体学习时强调把培育和弘扬社会主义核心价值观作为凝魂聚气强基固本的基础工程[N]. 人民日报, 2014-02-26(1).
- [50] 列宁选集(第4卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1995: 287.
- [60] 习近平. 把保持和增强先进性作为重要着力点——习近平总书记中央党的群团工作会议上的重要讲话引发强烈反响[N]. 人民日报, 2015-07-10(4).

(上接第92页)

- [21] 吉登斯. 现代性与自我认同[M]. 北京: 三联书店, 1998: 8.
- [23] 林晓兰, 牛绍华. 身份的物化: 都市女性白领的消费镜像——基于上海外企的实证调查[J]. 华东理工大学学报(社会科学版), 2012, 27(5): 24-35.
- [24] 吉志鹏. 福柯权力控制视域中身体消费的批判[J]. 社会科学家, 2009(5): 114-116.
- [27] 皮埃尔·布尔迪厄. 实践理性: 关于行为理论[M]. 北京: 三联书店, 2007: 168.
- [28] 卫小将, 卜娜娜. 快乐、迷茫与痛苦的身体: 女大学生毕业整容背后的不平等与抗争[J]. 中国青年研究, 2018(7): 19-25.
- [30] Rosen B C. Women, Work and Achievement[M]. Palgrave Macmillan UK, 1989: 123.
- [31] 管健. 身份污名的建构与社会表征——以天津N辖域的农民工为例[J]. 青年研究, 2006(3): 21-27.
- [32] 闫旭蕾. 个体社会化之管窥——身体社会学视角[J]. 教育研究与实验, 2008(4): 22-26.
- [33] 莫斯. 社会学与人类学[M]. 上海: 上海译文出版社, 2003: 301.