

【活動訊息】

- ◇ 國立台灣大學辦理 AEBS Academy Summer Camp，相關訊息如下：
 - 培訓地點：東海大學
 - 報名方式：請上官網(www.AEBScholars.com)報名
 - 參加對象：12-18 歲學生。
 - 報名費用：4000NTD
 - 活動費用：20,000NTD
- ◇ 國立中山大學院系博覽會預計於 7 月 14 日(日)10:00-15:00，在國立中山大學行政大樓前廣場辦理，請有興趣的同學踴躍參加!
- ◇ 國立交通大學第四屆人才培育計畫，培育人才包括物理、物理科學、化學、生物、人文社會、人社暨商科人才；報名期間為即日起至 6 月 20 日，先報名審查，各課程限額 50 名；上課時間為 108 年 6 月底至 9 月初，詳情請見 nctu.347.com.tw。
- ◇ 國家圖書館辦理「108 青年學者養成營」，於 7 月 8 日至 7 月 12 日共五天，於臺中市立圖書館-精武圖書館辦理，活動全程免費，營隊期間設計不同的任務與習作，讓學員藉由獨立思考與團隊合作，培養觀察力、創造力與清晰穩健的應答能力，更多資訊請上 http://108read.ncl.edu.tw/summer_camp/index_01.html 查詢。

相關資訊請參閱本校輔導處最新消息

【生命教育文章】

拒絕修圖！影后有自信、無懼年紀

資料來源：2019/05/29，作者/張淑芬(編譯)，出處/Web only 康健

身材常成為話題的奧斯卡影后凱特·溫絲蕾 (Kate Winslet)，始終都在對抗外界對她的品頭論足。無論舞台上下，凱特·溫絲蕾一直堅持走自己的路。即將跨入 44 歲的她，不認為年紀會讓女人減分，因為她相信「自信，來自於年紀。」

無論是長禮服、褲裝、還是連身小短裙，凱特·溫絲蕾的身材不算完美，但她的眉宇間總流露著優雅與穩重。誰說一定得纖瘦、才能擁有女神般的自信笑容？

凱特·溫絲蕾有過 3 段婚姻、生了 3 個孩子。她會因為不適合而離開另一半；會為了孩子，放棄和知名導演合作的機會；她還會因為身材被修成名模比例、而向雜誌抗議。

「你會後悔，代表你往回看；我相信人生要往前邁進，所以我不後悔。」

演出《鐵達尼號》而紅遍全球的凱特·溫絲蕾，真實的性格就像劇中的蘿絲，為了忠於自我，不惜衝撞人生的制式框架。當年拿了一朵玫瑰（意指劇中人 Rose，蘿絲）向導演詹姆斯·卡麥隆（James Cameron）自薦，譜出她和李奧納多·狄卡皮歐（Leonardo DiCaprio）一段不朽的銀幕愛情傳奇。

「每個女性都是自己生命中的最佳女主角」

《鐵達尼號》後升格為國際女星的凱特·溫絲蕾，並未就此臣服於票房的緊箍咒下。讓她有感覺的劇本，即使是片酬不高的獨立製片，她也欣然接演。只要劇情所需，露出不算纖瘦的全裸身材，她也怡然自得、毫不扭捏。凱特·溫絲蕾詮釋的銀幕女性，多半都有著忠於自我的鮮明性格。透過角色，她釋放出率性與坦直的真性情，展現獨特的自信魅力。

凱特·溫絲蕾 11 歲就出道拍廣告，在青春期因為體型較圓潤的緣故，不斷受到訕笑。「同學叫我肥贅肉，取笑我膽敢妄想當演員，還惡作劇把我關在櫃子裡。」不堪的過去，讓她練就出鋼鐵般的堅韌意志。不服輸的性格，也展現在力抗外界形塑的女性刻板印象：身材和年紀。

我對自己的身體很自在；我接納我自己，而且盡力發揮我的所長。——凱特·溫絲蕾

「我會打嗝、排氣，因為我是活生生的人。」凱特·溫絲蕾向來以「天然身材」自豪，為雜誌拍攝封面，不時會「被修圖」。她曾透過經紀公司，抗議雜誌社把她的小腹和腿部修成完美比例。「實在修太大，那不是我的樣子，我也不想有那個模樣。」

「擁有自我的人，就有自信，就是一種美麗。」

出道 30 幾個年頭，無論是大銀幕或真實人生，凱特·溫絲蕾不斷挑戰新的角色。從人妻到母親，她認為女性不會因為年紀而褪去光采，反而會因為不同的生命歷程而更了解自己，產生新的期許。「跨過 40 歲，我更加盡力而為，鞭策並挑戰自我的極限，把自己累得半死，然後還能找到樂趣。」