

清新自然 正向 王宇婕 豁達面對人生路

當年在美國念大學的王宇婕，因母親緣故毅然放棄學業回台發展，以清新、陽光、正向的學生氣質，獲得廣告機會，之後更獲得經紀人賞識，開啟她的演藝之路。

文／羅怡如 圖片提供／星之國際、王宇婕 Margaret Wang 臉書



王宇婕天性樂觀正向。

加媽媽經濟壓力，回台後參加試鏡，也獲得女性用品的廣告機會。

正向樂觀源自於媽媽

王宇婕的媽媽蕭瑤，曾經是「邵氏當家花旦」，在她眼中媽媽是個很懂得苦中作樂的人。回想起小時候的點滴，她表示，小時候一家人住在印尼時，爸爸如果心情不好是會動手打人的，媽媽可能前一秒剛被爸爸打完，等爸爸一離開家門，馬上擦乾眼淚，帶著她跟哥哥玩遊戲，像是媽媽會架起很大的全身鏡，讓他們學著電視機裡的老師跳舞；或是把棉被毯子掛在牆上，拿桌燈打光，加上最重要的風扇，家裡馬上變成沙龍寫真攝影棚。王宇婕笑說：「所以我從小就知道拍照一定要有風扇。」關於這一點，媽媽蕭瑤

「樂觀、貼心、自信、孝順、愛笑、俏皮、可愛、毫無架子、敬業。」

這些形容詞常出現在藝人王宇婕身上。十九歲就出道的王宇婕，曾經經父親家暴的不愉快童年，直到二十年前才和媽媽一起逃離到台灣避難，但也因此放棄美國學業。

王宇婕小時候很愛讀書，學校成績也

不錯，十幾歲由印尼到美國留學，主修的是市場與廣告。因爸爸家暴有四次

五次跟著媽媽逃家，而爸爸不肯離婚，也不提供生活費，但還好當時有恬妮、恬妞、崔苔菁等好友的鼓勵，王宇婕的媽媽得以返回台灣。當時在美國念大學的王宇婕，得知媽媽返回台灣後，決定放棄學業回台灣發展，因不想增



王宇婕與媽媽蕭瑤的感情相當好。

表示，當時她的想法是，小孩在情緒低落的時候，一定要把情緒平衡一下才能有正面能量。因為她的天性樂觀，睡前總會跟兄妹倆說：「黑夜會過去，每天早上又是新的一天。」正因為如此，他們兄妹倆也和媽媽一樣擁有正向樂觀個性。

王宇婕與媽媽蕭瑤的感情相當好，她們曾在節目中互爆對方的趣事與糗事，蕭瑤笑說王宇婕常常自不量力，連見義勇為也常常會出槓，王宇婕承認說到自己可能有天會上社會新聞。曾經有一回她開車要進車道時，有一台車子突然插入車道，讓她差點撞到其他車，

時，因不會說國語，每天努力練習，也不斷找機會試鏡，又被嫌太胖要減肥，讓她壓力過大，罹患憂鬱症，每晚偷吃洋芋片，最後再到廁所催吐，甚至還會抱怨媽媽。後來某一天，王宇婕突然想通，「一直以來，我都想好好照顧家人、朋友，卻忘了照顧自己，就這樣走出來了。」

現在的她懂得照顧自己、愛自己，遇上低潮時，她會品嚐美食或是旅遊，轉換當下的情緒。不拍戲的時候，王宇婕會利用空檔到處去旅遊，她表示：「旅遊時，我喜歡一切在自己的腳步下，所以我會把所有的規劃都做好。」

氣得她猛按喇叭追車，結果雙方下車要理論時，王宇婕忘了打P檔，車子竟然開始滑行，嚇得她趕緊上車把車打入停車檔，這個烏龍讓王宇婕連架也吵不下去，只能趕緊離開，真是糗爆了。

旅遊 美食紓壓

王宇婕總是給人正向歡樂的感受，總是時時陽光迎人。其實當年她剛進演藝圈

尤其旅行可以讓心胸更寬闊，去享受人生，就比較不會讓自己想太多，我盡可能不去太觀光的地方，不過我一定會逛市場。」王宇婕認為，她很高興去逛當地的市場，感受當地的文化，感受不一樣的風情。

另外，她也會透過運動來轉換壓力，熱愛運動的她認為，運動可刺激大腦分泌血清素、多巴胺等，有助改善負面情緒，在強健體魄的同時，能提升精神的免疫力。

公益關懷不落人後

王宇婕是非常有愛心的人，平常就很喜愛毛小孩的她，除了自己養狗之外，對於流浪動物也相當關心，只要有空



美食是王宇婕的紓壓良方。



王宇婕相當關注毛小孩。

她就會跟著好友一同進行流浪動物救援行動，她也曾經擔任社團法人臺北市支持流浪貓絕育計劃協會代言人，宣導「以節育代替撲殺」的觀念，希望能夠替救援、保育流浪動物盡一份心力。此外，因為自己曾經的經歷，她也相當支持甚至參與勵馨基金會舉辦的食物傳愛的愛心活動，幫助受家暴的朋友們走出陰霾，鼓勵他們擁有一切新生活。

她呼籲只要有心，隨時都可以進行愛心關懷，有錢出錢、有力出力，讓這些公益機構、協會幫助更多的人、更多流浪狗能夠得到保護，她也很開心自己有能力能幫助他人。

以女企業家為目標

無論是戲劇演出或是廣告中的她，王宇婕的好膚質總是讓人羨慕。問起她的保養之道，她表示，清潔很重要，不論多累都要認真清潔、簡單保養，她也會利用洗澡時加強保養，趁泡澡毛孔打開時快速厚敷一層凝露在臉上，當面膜使用，利用水蒸氣進行臉部護理，還可加強保養成分吸收，做到肌膚保養也能紓壓放鬆。

除了肌膚保養，飲食與營養輔助食品也是她持維好膚質的秘訣。她會補充一些營養輔助食品，以及靠清淡飲食、少攝取含糖飲料等來維持身材，並透露自己每天都會喝一千毫升的白開水或檸檬水，幫助身體補充水分，也能讓代謝變好。

她對於美妆的熱愛，也延伸出創業的念頭。目前與哥哥一同成立公司，進行美妆產業的洗髮精創業規劃，敏感性肌膚的她對於品質相當要求，包材選用環保材質，務求提供對大眾、對環境好的产品。她也希望以此為基礎，讓自己朝向女企業家邁進。當然，熱愛戲劇的她，期許未來能有更多演出機會，挑戰更多的角色，計劃朝幕後工作發展，成為全方位的藝人。

王宇婕 Profile

王宇婕的甜姐兒形象深植人心，正向陽光的形象與親善的作風，讓她擁有人氣與好人緣。

英文名：Margaret Wang

學歷：彭薩科拉基督教學院

代表作：《神機妙算劉伯溫》

《雪天使》

《懷玉傳奇千金媽祖》

《獅子的女兒》

《流淚的新娘》

《世間情》

《甘味人生》

《春風愛河邊》

《炮仔聲》

《簡單做·輕鬆瘦》

著作：

