

业也是挽救颓势的重要力量，练习生制度也因此风生水起。

近30年来，SM、JYP、YG这韩国三大娱乐公司呈鼎足之势，每个公司常年培训数十位练习生；此外还有上千家规模不等的娱乐公司，同样源源不断地为迅速更新换代的娱乐圈输送新鲜血液。

对于这些娱乐公司来说，练习生出道年龄越小，为公司赚钱的时间就越久，毕竟偶像的保鲜期并不长久，一旦青春逝去，就会很快被新涌现出的小鲜肉们取代。

在韩国，偶像团体的出道年龄一般在17至20岁，这个数字还在不断“内卷”。近几年，女团中年纪最小的成员往往在十四五岁就正式出道。从舞台下来，她们脱下表演服，卸掉成熟的妆容，回到公司安排的宿舍，开始写初中课程作业。

随着越来越多立志成为明星的韩国青少年在十二三岁甚至更小的年龄便开始练习生生活，这导致他们无法进行正常的校园学习。以女团为例，2008年出生的李惠仁在2022年作为NJZ（原NewJeans）成员出道时年仅14岁。今年20岁的张元英从11岁开始当练习生，在14岁时参加选秀节目后出道。

2019年在家自杀的崔真理（雪莉），成为SM公司的练习生时年仅11岁，出道时也才15岁。雪莉曾在节目中称：“内心是灰暗的，但在外面必须要假装阳光。”

值得一提的是，在此次《UNDER15》争议之前，韩国JYP娱乐公司因“对未成年人劳动剥削”“进行精神和身体虐待”等原因在美国被起诉。据环球时报援引韩国《中央日报》报道，JYP旗下女子组合VCHA的美国

成员凯拉（Keira Grace Madder）以“受到了经纪公司的虐待”为由，于去年12月向洛杉矶法院提交了针对JYP USA（JYP的美国当地法人）的起诉书。

原来，在2023年，JYP的美国分公司联合美国国内的一个媒体公司举办了一个女团选秀节目，招募北美地区想要成为练习生的年轻女孩。最终，6个美少女脱颖而出，其中最小的仅15岁，最大的也不过19岁。

这个团体取名VCHA，除了国籍和文化，非常吸睛的点在于，这几个女孩种族背景各异，她们分别是白人、拉丁裔、黑人、韩国人、越南人和出生在美国的苗族。

音乐方面才华横溢的凯拉，2007年6月出生，以“KG”的艺名出道时未满17岁。2024年1月，VCHA借着JYP旗下最为出名和成功的女子组合TWICE的巡演的开场嘉宾登台亮相，并发布了单曲正式出道。不过单曲并没有掀起多少浪花，这个组合一直没火起来。

直到凯拉的一纸诉状，才让大家知道这个美国女团组合对于韩国练习生制度非常“水土不服”——因为过度的舞蹈排练，凯拉一度肩部肌腱撕裂，但公司却不让她休息，而是让她带伤继续练习和演出，完全不顾她的身体情况。女孩们都在无偿加班、无法获得足够的食物和饮用水。甚至团队里另一个女孩出现严重心理问题和饮食失调，一度吞药自杀……

让凯拉更加郁闷的是，自己每天要工作12小时以上，但周工资仅为500美元，远低于她所在地加州的童工最低工资。她表示自己因为要兼顾高中学业和工作，每天疲于奔命，仅有6小时睡眠时间。

在美国的凯拉尚且如此，在韩国本土的未成年练习

练习生年龄越小，可塑性就越强，便于公司包装。但对于年龄小的艺人来说，这也意味着，在他们的青春期甚至童年，就已经卷入到残酷的竞争中，没有自己的自由空间。