

Research on Visual Design Elements of Emotional Healing——Take the Visual Cure of Jimi's Illustration as an Example

Lei Xiaokang^{1,a}

¹Army Logistics University of PLA, Sha Pingba District, Chong Qing, China

^a 397642341@qq.com

ABSTRACT

Design is the art of solving problems, so design should create a way to solve psychological problems for people in society. In modern society, people have different psychological emotions every day. Design aims to provide better life for the people, so we should consider emotional needs in all aspects. Therefore, from the perspective of design, this paper analyzes the path that visual design can improve and solve problems for people's emotional healing. Taking several meters illustration in visual communication design as an example, this paper explores the application and expression of visual design elements (i.e. form, color, arrangement, line) in emotional healing, aiming to study its principle and effect, and lay a foundation for the research of visual design of emotional healing Theoretical basis.

Keywords: Healing, emotional control, visual elements, emotion, illustration

情绪治愈的视觉化设计元素研究——以几米绘本的视觉治愈为例

雷小康^{1, a}

¹陆军勤务学院, 沙坪坝区, 重庆, 中国

^a 397642341@qq.com

摘要

设计是解决问题的艺术,那么设计应该为社会中的人们创造解决心理问题的路径。现代社会人们每天会产生不同的心理情绪,设计旨在为人民提供更好的生活,理应全方位考虑情感需求。因此,从设计的角度出发,浅析视觉设计为人们的情绪治愈改善和解决问题的路径,以视觉传达设计中的几米插画为例,探究视觉化设计元素(即形式、色彩、编排、线条)在情绪治愈方面的应用及表达,旨在研究其原理及效果,为情绪治愈的视觉化设计研究奠定理论基础。

关键词: 治愈, 情绪控制, 视觉元素, 情感, 插画

1. 前言

高度发展的时代,人们的生活方式不断更迭,同时也催生出新时代的各种社会问题。个体在面对这些无法避免的社会问题时,难免会产生消极负面的情绪和心理压力,会相继出现焦虑、悲观、失望、抑郁等

心理问题,严重时甚至会有自杀行为倾向。与此同时,我们对危险信号通常保持高度警惕,这是个人生存本能的需要,这就使得相较于正性的刺激信号,对负性的刺激信号的优先加工^[1]。而情绪是人类心理活动的重要组成部分,是一种无时无刻不对人类生产活动及生活产生重要影响的非认知因素。因此,对情绪问题的治愈研究是人类一直关注的重点问题之一。而从社会问题矛盾点出发,围绕情绪问题的现状,思考从

视觉传达手段表现这一社会问题的方式，利用视觉认知的特点与优势，缓解负面情绪对人的影响作用，强调从视觉效果出发缓解情绪问题，正是符合这一大势所趋。

2. 视觉治愈情绪的概述

2.1. 情绪概念

人们时刻处在一个充满情绪信息的社会之中，不断地在接受和传递各式各样的情绪信息。情绪，是对一系列主观认知经验的通称，是人对客观事物的态度体验以及相应的行为反应，一般认为，情绪是以个体愿望和需要为中介的一种心理活动，是人类心理活动的重要组成部分，时刻影响着我们的知觉加工、思维、决策和行为反应，在人际情感、信息传递、态度调整、社会适应乃至学习和工作效率上都起着举足轻重的作用^[2]。

情绪一般从类型上按情绪的维度来划分，最为认可的是二维模式，将情绪分为积极情绪和消极情绪。积极情绪能帮助个体收获愉悦而放松的心态，激发个体积极、正向的感官体验和心理过程。而当个体处于消极情绪状态时，通常会伴随着心跳加快、血流加速的躯体体验，神经紧张又警觉，为了做好随时战斗或逃跑的准备，个体的思维往往着眼于诱发消极情绪的情境或事件，注意逐渐变得狭窄^[2]，正是由于这些适应性的反应帮助我们的祖先在复杂的情境中得以繁衍生息。然而从心理健康的角度出发，长期不间断的消极情绪同样也会降低个体生活质量、有损个体心理健康、威胁到个体生存。难过、自卑、焦虑、恐惧、失控、抑郁等消极情绪已经成为影响心理健康的重要因素，同时也成了当代社会的公共安全隐患。

2.2. 以视觉化语言治愈情绪困扰

当下国情、社会发展状态、经济状况、公共医疗环境等充满了各种问题和挑战，不同的个体面对不同问题时会有不同的情绪反应，那么想要治愈消极情绪对个体的影响，除了传统看病吃药的方式，作为设计师在面对社会问题时，有责任从视觉传达设计的角度来为社会发声。虽说衡量设计对社会、医疗等产生的影响是比较模糊而难以量化的，然而设计师可以从关注点出发，创造新的可能性，将一些说不清道不明，也无法展现在化验单上的困难以视觉化语言表达，用设计去揭示其情绪问题、用设计去改善其情绪问题、用设计去治愈其情绪问题。

3. 视觉治愈的可行性探索

现代心理学认为情绪是一种非常复杂的心理活动，是多种感觉、思想和行为综合。当个体的情绪处于负面的激情和应激状态时，其感受是除了个体自身外他人无法感受的。但是这些负面情绪经常困扰着人

们的生活、工作和学习，然而这种不适与痛苦无法定位，难以言表，甚至苦不堪言。没有心理学背景的人在初期甚至没有意识到情绪带给自身的困扰，无法体察自己的情绪；很多时候也不愿向其他人诉说，无法适当地表达自己的情绪；严重时也无法用专业术语向医生清晰准确地描述心境恶劣障碍、情绪障碍、双相障碍等心理状态。而“情绪治愈的视觉化设计”旨在以图形语言的手法，将情绪的表现、状态等进行视觉形象化，展示对情绪特点认知演变的思考路径，帮助人们准确定位自己的情绪状态。结合心理学情绪管理相关理论研究方法，基于数字媒介表达情绪可视化策略，形成一个以视觉语言为指导的新型情绪治愈可视化模式，有助于人们缓解日常情绪困扰，便于医患沟通和提高就诊效率，真正用视觉传达的方式缓解情绪问题，力求达到治愈效果，帮助解决问诊难的问题。

4. 视觉治愈在插画中的应用——以几米绘本为例

如果说，阅读文字使人诉诸理性，那么热衷于读图则表现出人们更多的感性主义倾向。这一感知方式的变化将使我们的社会生活和思维方式发生重大转变。如果说绘本图文结合的形态符合读图时代人们对信息的接收习惯，所以它的畅销有一定的必然性，那么下面我们将考察其内容方面的优势。根据“使用与满足理论”，人们接触和使用传媒的目的都是为了满足自己的需要，这种需求和社会因素、个人的心理因素有关。^[3]

插画作为视觉传达表达方式之一，其特征是可使文本所表达的内容通过图像的形式更为直观、清晰地表现出来，不仅可以作为辅助理解文本的图画，甚至可以超越文本所表达的情感和意境。借助插画中的形象、色彩、构图、线条等视觉语言，将视觉画面的戏剧性表达与故事情节的戏剧性表达融合，在潜移默化中带领读者识别情绪、抒发情绪、缓解情绪，最终达到用视觉治愈情绪的目的。

几米，原名廖福彬，是著名的台湾绘本作家。曾在广告行业从事了12年的设计工作。1988年开始创作绘本，开创了阅读成人绘本的新形势。他的作品在中、美、法、德、韩、日、希腊、泰国等国家皆有译本，部分作品被改编成电影、音乐剧、电视剧，并广受好评^[4]。他善于使用插画视觉语言营造童话化般的视觉氛围，展现当代都市人的精神内涵和情绪状态，还原当代都市人看似波澜不惊的生活背后各式各样的情绪困扰。几米用丰富的插画视觉语言，在人们阅读绘本的过程中，将人们隐藏在内心深处的压抑、悲伤、寂寞、迷惑、困顿、忧郁等情绪唤醒，引起读者的共鸣。随着绘本故事情节的推进，几米又可以在潜移默化中逐渐化解这些困扰人们内心深处已久的情绪烦恼，通过绘本视觉化语言引导读者进行思考和反思，使得人们读完后有一种治愈获得感。

几米的绘本是基于90年代后迅速改革转型的中

国社会为背景，我国中青年阶层竞争压力增大，描绘了不同年龄层次、不同阶层人群的内心情绪世界，以绘本的形式作为视觉化情绪治愈的媒介成为当下广大青年人的治愈良品。笔者将从几米绘本的视觉化治愈元素，即形象、色彩、编排、线条四个角度出发，探析几米绘本是如何从视觉化设计要素的角度与读者沟通对话，并为读者带来情绪治愈的效果。

4.1. 用于情绪治愈的视觉形象的选择与表达

几米的绘本主要是以现代都市生活为故事背景，视觉形象多采用现代都市生活元素为主线，生态自然元素为辅线的搭配。现代都市生活元素承载着当代都市快节奏的生活与形形色色的压力，体现了都市生活文化。例如在几米绘本作品《星空》里，主角是一对被父母忽视的小男孩和小女孩，他们有亲子关系的烦恼，有生活在城市里的困扰，在学校上学难免也会遇到麻烦。绘本里无论是主角人物设定还是场景设定都是都市生活中熟悉的情节，如图1中出现的商品房一角、图2中的学校女厕所、图3中的公交站台都是现代社会常见场景。人物和场景的视觉形象也是简洁亲和，进一步拉近作者与读者之间的距离，更具有亲和力和代入感，这有利于读者在阅读时自我带入故事情节，调动内在情绪，产生共鸣。



图1 商品房一角



图2 学校女厕所



图3 公交站台

而生态自然元素时常在绘本中搭配出现。作者常利用生态自然元素来表达不同情节情绪困扰与情绪治愈的关系，象征着对现有情绪困扰的逃离，向往摆脱情绪烦恼的状态，利用自然对读者受伤心灵的治愈，是视觉化治愈的关键体现。正如图4画面里出现了一只蜥蜴叼着蝴蝶在窗户上爬行的视觉形象，暗示着女

孩在城市里想念住在山里的爷爷和天上的奶奶，想逃离城市，摆脱思念之苦和在城市家中压抑的情绪。女孩父母的感情出现危机，漠视孩子的心理需要，家庭氛围紧张，小孩虽然不懂发生了什么，却能感受到压抑的氛围，女孩感受到爸爸总是在讲电话，他的每一通电话好像都很重要，彼此也没什么话想对对方说。于是作者在图5中描绘了一只笼中绿色小鸟的视觉形象，象征着她内心被压抑许久的情绪。随着故事情节的深入，笼中绿色小鸟变得巨大，正如女孩内心压抑许久的情绪不断壮大（图6），最终他们在离开城市回归自然中，带领读者一起逐步得到心灵上的治愈。



图4 蜥蜴叼着蝴蝶



图5 笼中绿色小鸟



图6 笼中巨大的绿色小鸟

4.2. 用于情绪治愈的视觉色彩的选择与表达

在心理治疗领域，有一种疗法是色彩疗法，也称为颜色疗法，简称色疗。而用于情绪治愈的视觉化设计中的视觉色彩是基于色彩疗法的基础原理，根据人的视知觉对于色彩在心理方面的潜意识反映，并结合人的情绪状态与色彩的对应关系，用视觉化色彩语言对读者进行心理治愈，用色彩的寓意去传递情感、影响情绪，最终达到治愈情绪的目的。

在几米绘本的色彩使用中，情感治愈主要体现在用色彩固有的情感来调动读者的情绪，通过把握色调冷暖来烘托情绪氛围，调节色相对比、明暗对比、同时对比、面积对比的强弱来表达主角人物的内心冲突与矛盾。例如绘本《幸运儿》中故事的开头介绍董事长是何其幸运时（如图7），画面的色相饱和度很高、颜色单纯、色彩鲜艳，表现出一种简单快乐的情绪。随着董事长“幸运”地长出一对小翅膀，画面的色彩随着情绪也开始发生变化。画面的色调逐渐变冷、饱和度降低、色相对比减弱（如图8），读者在潜移默化

化中内心被压抑的情绪被唤醒，随着故事的情节一起蔓延开来。烦恼随着翅膀的长大逐渐难以承受，眼看拥有的幸福全都付之东流却无能为力，在董事长最烦恼、最无助时，画面（图9、图10）通过加强色调冷暖对比、色彩面积对比等视觉表现手法来表现人物矛盾痛苦的内心活动，同时充分调动读者情绪，随着他的痛苦而痛苦，快乐而快乐。故事的最后在董事长消失人间，偶尔会有他帮助受困者的消息传出，画面色彩逐渐明朗，然后在一句“要加油哦”的鼓励中结束故事。让读者体会到就连如此幸运的董事长也有无奈与烦恼，虽然最后失去了一切，情绪一度和普通人一样跌入谷底，但是最后依然重新振作乐观生活，更何况我们平凡人呢？《幸运儿》中丰富的色彩表现融合了人生哲理与寓意，是主人公董事长内心世界的真实写照，也让读者在阅读之际心灵得到了洗涤。

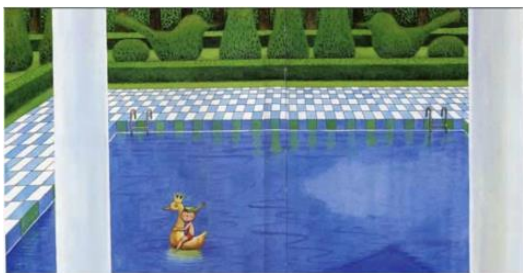


图7 董事长是何其幸运



图8 董事长“幸运”地长出一对小翅膀



图9 董事长最烦恼、最无助时

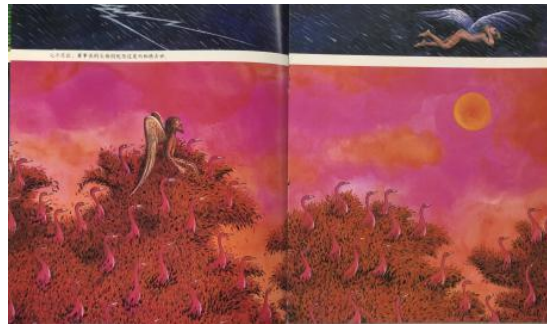


图10 董事长最烦恼、最无助时

4.3. 用于情绪治愈的视觉编排的选择与表达

视觉画面的编排设计在一定程度上决定了视觉流程顺序和视觉元素次重点安排。在视觉构图编排设计方面，几米会综合考虑故事情节、情绪状态、审美需求等因素，并会根据绘本纸张左右开本的特性，合理布局视觉元素，以达到情绪治愈的最佳效果。水平和垂直构图给人以平稳的心理感受。

绘本《向左走，向右走》讲述的是一对实际距离很近的年轻男女，却因为一个人习惯向左走，另一个人习惯向右走而总是错过的都市爱情治愈故事。作者为了满足故事情节和人物性格的需要，在故事的开端大量选择了横向平行的构图方式（如图11），既表现了两个人像两条平行线般总是不相交的故事情节描写，同时也在故事开头营造了一种平静、安然的情绪氛围，为迎接接下来的故事高潮奠定情绪基础。两人的相遇几米选择用圆形构图方式来表现“两条平行线般”的恋人相遇的情境（图12），圆形使画面产生动感，与之前的横向平行构图产生对比，同时也寓意着打破僵局。如图13的无边框开放式构图增强了读者的视觉感官，将主人翁的思念之情放大，充分调动读者的同理心感受，并丰富其想象空间，产生情感共鸣。读者的情绪最终随着剧情的反转得以平复治愈，故事以稳定的三角形构图剧终，给人一种安全和平稳的心理满足感。

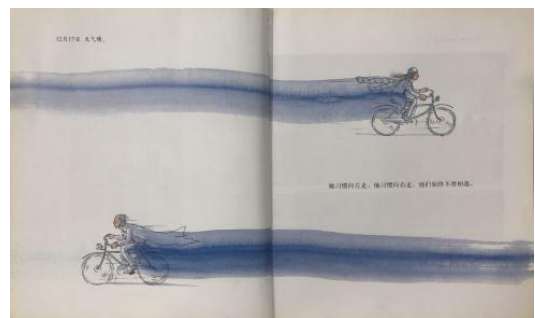


图11 横向平行的构图方式



图 12 圆形构图方式



图 13 无边框开放式构图

4. 4. 用于情绪治愈的视觉线条的选择与表达

线条产生的节奏感和韵律感同样可以象征情绪的起伏,起到调节情绪、治愈心灵的作用。例如整齐有序的线条给人心情平缓的感觉,杂乱无章的线条给人烦闷焦虑感等。在几米的绘本中,几米采用了丰富的线条来表现情绪状态的变化。每当故事人物陷入情绪困境时,以凌乱线条为主的画面。在几米的绘本作品中不乏使用线条来表现情绪的情况,并通过线条的渲染氛围,逐渐将读者的内心压抑许久的情绪唤起,心情由平稳到激动,随着线条的平缓而再回归平稳,得到治愈。尤其是情绪强烈,内心矛盾冲突最激烈之时,线条的表现更加明显,多为凌乱无序的线条,以表现人物内心极度崩溃的情绪。比如在绘本《星空》中,小女孩没能参加爷爷的葬礼,加上在城市与父母居住的压抑感,使她的情绪几近崩溃,画面的现大量凌乱无序的线条,给人一种焦虑、摇摇欲坠的心理感受。这些线条往往表现在生态自然元素内,作为表现手法来加以强调凸显氛围感。随着线条的平稳与舒缓,读者的情绪也跟着平缓安宁,心灵得到了治愈。

5. 结论

不同时代社会对视觉设计的需求有所不同,现代社会生活节奏日益加快,工作生活紧张、压力从各个方面袭来,难免会产生各种情绪积压等心理需求。视觉,作为人们感知社会生活最基本、最重要的元素之一,以此作为对情感需求设计的切入点,形成视觉治愈的视觉化设计。从视觉元素出发,无论是编排、色彩还是线条等都表达了作者对治愈的理解。几米本人在经历病痛的后,重新感悟生死,视觉元素中都体现着自己对生活情绪控制的感悟,通过视觉化表达引起读者的共鸣,并给予人们温暖、寄予希望。治愈系插画是一种艺术治疗的方式。能够使读者在观看到画作的时候联想到美好的回忆或者正向积极的事物。运用艺术特有的非语言沟通条件,借助艺术特有的美感经验让读者将注意力转移到图画中的温馨画面来减轻自己身心的痛苦,并进而发现自己的潜能,肯定自我。^[5]体会每一个视觉设计的细节,治愈心灵这也是设计以人为本、为人民服务的体现所在。

REFERENCES

- [1] Luo P. (2017) Influence of conflict control by different ways of inducing emotion[D]. Chongqing.Xi Nan University.
- [2] Liu S.W. (2017) The Flexible Impact of Emotion on the Effect of Global and Local Perceptual Processing:A Perspective Based on Embodied Emotion Theory[D]. Nan Chang, Jiangxi Normal University.
- [3] Zhang X.R. (2012) The Flexible Impact of Emotion on the Effect of Global and Local Perceptual Processing:A Perspective Based on Embodied Emotion.J. Sci. Commun.Literary World (Theoretical Edition)
- [4] Jin W. (2015) A Probe into the Differences between Traditional Picture Books and Electronic Picture Books in Composition——Taking Jimi Picture Books as an Example. J. Sci. Commun.Modern Decoration (Theory).
- [5] Yan W.J.(2016)On the Role of Healing Illustrations in Emotion Regulation.J. Sci. Commun.Modern decoration (theory).