

文献引用格式:刘金.色光疗法在服装设计中的应用[J].纺织科技进展,2024,46(1):47-52.

色光疗法在服装设计中的应用

——以抑郁症患者为例

刘金

(武汉纺织大学 服装学院,武汉 430073)

摘要:通过色彩在服装中的具体表达,分析色彩对抑郁症患者情绪的影响,采用问卷调查法及案例分析法归纳总结,得出以下结论:色光疗法在服装设计中的应用可以拓宽服装设计的方法,应多角度设计产出,使更多人关注生命价值,关注现代社会中存在的问题;在服装设计中注重营造色彩基调,可以实现缓解大众情绪和净化心灵的特殊效果。

关键词:色光疗法;色彩比例;抑郁症;服装设计

中图分类号:TS 941.2

文献标志码:A

文章编号:1673-0356(2024)01-0047-06

服装设计作为以人为本的设计,如今越来越重视对人情感需求的满足,服装设计师也不断地思考如何通过服装来解决现代社会中的问题。当今社会,由于空气的污浊、环境的恶化、生活和工作压力的增加等,抑郁症成为常见的精神类疾病。根据世界卫生组织报告,目前抑郁症是全球第四大疾病负担,也是导致患者功能残疾的主要原因之一,大约有1/7的人会在人生的某个阶段遭受抑郁症困扰。色彩心理学表明,周围的色彩对抑郁症的预防和改善可以起到一定的作用。色彩对人的中枢神经产生强烈的影响,是重要的视觉交流形式,可以与人产生强烈的情感共鸣,能够表达各种不同的感受和回应。如果服装设计师能够有效地运用色彩的特性,通过色彩搭配设计服装来协助调节人们的心理情绪,不仅可以丰富服装的设计渠道,还可以改善人们抑郁的情绪,在日常生活中用色彩改善人们的心理问题。

1 色光疗法与服装设计

色光疗法并不是一个新鲜的名词,在心理治疗领域,它是一种不同于常见治疗手段的特殊医疗方法,也被称为色彩疗法或常规的色彩学。在服装设计中,色彩学的运用也很常见。从色彩中找到色光疗法在服装中的独特联系,使色光疗法通过服装发挥治疗人们心理的作用。

1.1 色光疗法的起源

色光疗法是近年来一种重放异彩的古代疗法。它起源于古印度的一种养生医学理论,这种古老的医学治疗形式流传到现在已有几千年,同时期的中国、古埃及文化中也有出现。在印度,治疗师们发现人体的健康不仅取决于生理的变化,还与我们的情感需要有关。因此,将色彩与7种主要的脉轮相关联,这些脉轮都有主色,当脉轮的色彩不平衡时,就会引起疾病及其他身体状况;相应的,通过导入适当的颜色平衡脉轮色彩,病症就会得到缓解。

1.2 色光疗法的原理在服装色彩中的表现

从色彩的物理性质来说,由于人的个体差异,对光谱的感知能力有所不同,对色彩的感受也产生了差异。色彩会给人带来不同的视觉及心理感受,当色彩光波从一个物体表面反射而来,由于个体对色彩的感悟差异,结合自身的认知,人们对色彩就有了许多不同的领悟。同时随着色彩环境的变化,人们表现出来的心理和身体感受也会不同。依托这种色彩原理,色光疗法成为治疗人们心理的重要干预手段,这种疗法是自然的、影响情绪的、与精神或心智相关的治疗方法。

古印度治疗师的脉轮健康理论认为每一种色彩控制一种脉轮,这种色彩影响着各个部位的器官和细胞的健康。通过色彩的平衡保持身体的健康是控制疾病的一种方法。这种色光治疗的方法发展到现在,得到了一些医学实践的证明,不同的颜色具有不同频率的光波,同时也具有不同的能量,可以对人体相应组织器官及心理状态产生独特的影响。色光疗法作为一种有科学依据的心理治疗方法,在当下心理问题增多的社

收稿日期:2023-09-21;修回日期:2023-10-12

作者简介:刘金(1998—),女,研究生在读,研究方向为服装品牌运作、艺术设计与数字化,E-mail:1046357575@qq.com。

会中,可以将其运用到生活之中。服装作为生活之本,在衣食住行中位居首位,因此有观点认为,人们每天在选择服装色彩时,是由于人体内感到了对这种色彩能量的需求,于是便会下意识地选择某种色彩。对色彩的爱好也会随时间和条件的不同而发生变化。这表明,人们对于当下喜爱的色彩选择,可能是身体发出的某种信号,代表身体目前所需要的能量,包含了自身为维护身体健康及正常身体机能所产生的色彩需求。色彩疗法中,色彩既能带来正面效果,也会引起反面作用。比如黑色虽然是高级的代名词,但对抑郁症患者来说可能会使他们的症状加重,所以慎重选择特定的颜色是很有必要的。

在服装设计中,色彩与造型、面料并称为服装设计的三要素。色彩表现是服装设计的重要内容。服装中色彩的运用与服装设计的主题有关,同时也融入了社会意识、文化、经济及其他社会元素的反映。不同的色彩元素体现出的服装审美表现也截然不同。人们对于常见的服装色彩感受是多元的、流动的,这与色彩带给人的视觉感受有关,是外在表现与人们自身的意识、情绪等内在表现所产生的认识。在服装设计中融入色光疗法的概念,对现代快节奏生活与工作压力引起的各种心理疾病有着非常积极的缓解与辅助治疗作用。

2 服装色彩的视觉效应

社会经济迅速发展,人们的物质生活更加丰富多彩,不同色彩、风格的服装呈现在人们面前,在带来视觉冲击的同时,也展现出色彩搭配的美感。服装色彩具有多样化特点,不同的色彩具有其独特的美。设计师按照合理的比例搭配色彩,可以体现出色彩的秩序美。大多数颜色的属性可以分为色相、明度、纯度3方面。具体的颜色又可以分为有彩色及无彩色2大类。有色彩系列的颜色都有上述3方面的属性,无色系列即黑、白、灰,不具有色相和纯度,只有明度属性^[1]。除此之外,不同的色彩具有不同的情绪价值及不同的情感表达,影响着人们的情绪变化,正确使用色彩对缓解消极情绪有一定的作用。

2.1 色彩的基本属性

服装设计中色彩运用的前提是了解具体的色彩属性以及呈现在人们视觉中的实际效果,明确具体的色彩感受,因此要从色彩的色相、明度、纯度3个方面分析色彩的基本属性。

色相可以说是色彩的相貌。在服装设计过程中,

代表了整体服装色彩的基调。对于色相的选择是设计中一个重要的步骤,体现了设计师在设计中的具体色彩倾向,不同色相之间的调配会带来不一样的视觉效果。同时,在进行色相比例搭配的同时,还要充分考虑色彩属性间的基本关系,让2种或几种颜色相呼应,体现出色相搭配的协调性^[2]。

明度就是指色彩的明暗程度。如在红、橙、黄、绿、蓝、紫等色中,由于人们对黄、橙、绿的敏感程度高,所以感觉这些颜色浅亮;对红、蓝、紫的敏感程度低,所以觉得这些颜色比较暗。色彩的种类繁多,不同明度的色彩搭配会呈现不一样的视觉效果。因此,在服装设计过程中,设计师应分析色彩明度,将不同明度的色彩进行搭配,突出整体的美感。色彩的明度也有具体的区分,一般有3种明度,分别是低、中、高。设计师通常根据主题、季节等变化对色彩明度进行调配,在满足设计需求的同时迎合消费者的喜好。对于一些皮肤白皙、年轻的少女而言,浅色系的衣服可以彰显其青春活力;中明度色调的衣服,则更适合中老年女性,虽然色调较为暗淡,但在颜色搭配上更显协调,可以给人一种端庄、优雅的感觉。

在对服装进行配色时,如果色彩的明度、色相都不相同,想要突出服装的视觉效果就要对色彩的纯度进行调整。纯度和明度比例的变化,可以激发不同的视觉感受。如果色彩的纯度与明度差别较小,服装整体色彩调配就较为和谐,给人一种舒适的感觉;如果服装色相间的明度、纯度相差较大,则给人一种别样的感觉,赋予服装更多的生机与活力,增强视觉效果。

2.2 色彩的情感表达

不同的色彩展现的色相不同,给人的心理感受也不同。直观来说,色彩分为冷色调、暖色调。顾名思义就是颜色带给人的温度感受。在服装设计中,这种冷暖色的区分最为明显,在冬季的服装中常采用暖色调,使人感受到温暖;在夏季的服装中,常看到的就是冷色调的使用,带给人们冰凉感^[3]。常见的色彩情感表达见表1^[4]。

表1 色彩的情感表达

色相	色彩感受	色彩功能
红色	活泼、生动	饱力量、热情,刺激神经系统,使人改变抑郁的心情状态
橙色	充满活力、炙热	有助于赶走抑郁、引起食欲
黄色	色彩明亮、活泼、希望	带来尖锐感、扩张感,刺激神经及消化系统

续表

色相	色彩感受	色彩功能
绿色	平和、新鲜、安宁、静止	促进身体消化平衡,起到镇静作用,舒缓疲劳的神经系统,克服消极的情绪
紫色	积极、尊贵、威严	对运动神经、淋巴系统和心脏系统有促进作用,促进健康,维持体内钾的平衡
蓝色	冷静、睿智、透明、广博	具有很强稳定性的色彩,可以调和肌肉,影响视觉、听觉及嗅觉,并且可以减轻身体疼痛,用在面料上可以给人安全感
黑色	冷静、神秘、严肃	一种消极的色彩,会使人情绪低落,给人消极的心理暗示
白色	纯洁、平和	起到巩固并净化人体的作用,也可以作为其他颜色的增效剂,达到事半功倍的效果。

3 色光疗法在服装上的运用

设计师在结合服装实际风格和现代流行色趋势,选择适合的色彩进行搭配的同时,更应该从抑郁症患者的角度出发,综合考虑各方面影响因素,努力做到既凸显服装的设计风格,增强服装设计的整体美感又能从颜色上唤起患者对生活的美好向往或缓解负面情绪,促进服装设计行业往更有意义的方向发展。

3.1 Polina Gorkovenko 品牌中的色光疗法运用

以品牌 Polina Gorkovenko 为例,创作者由于身患抑郁症,于是根据自己的亲身经历设计了一个名为“色彩之力”的系列服装。该系列背后的大量研究集中于特定颜色如何下意识地影响情绪和情感的想法,Polina Gorkovenko 通过研究色光疗法的概念和不同的打褶技术,探索了如何将时尚用于解决现代社会中的心理健康问题,如图1所示。

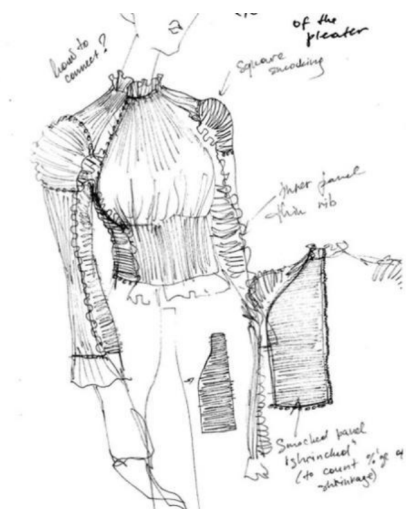


图1 Polina Gorkovenko 服装设计手稿

Polina 采访了被诊断患有临床抑郁症的人,探讨了他们在“困难时期”决定穿什么服装,以及如何将自己的情感依附在服装上。她研读了很多关于色光疗法

的学术文章,还在 Instagram 上进行了一项民意调查,询问人们认为哪种颜色更令人振奋,以及他们对此的感受。她的设计致力于营造一种宁静感,让穿着的人感到舒适、宁静,以及被保护的感觉,从而获得情绪上的调整。比如图2这款上衣,Polina 受到窗帘的启发,着重强调打褶的部分,用蓝色模拟海洋,随着褶裥层层递进的蓝色使“海洋”运动起来。蓝色本身能对人的情绪起到积极作用,而蓝白渐变打褶的设计又使得这些“褶裥”更加突出,可以说二者是互为助力,为有情绪问题的人们提供帮助,疗愈他们的身体和心灵。



图2 Polina Gorkovenko 服装作品

3.2 服装设计中色光疗法对消费者的影响

由于服装中的色彩不能通过光照的方式对人产生影响,只能通过平面的色彩获得视觉感受。为进一步验证人们对色彩的感受,制作一系列的问卷调查,以便更加直观地了解人们对不同色彩的真实心理感受。调查共收集了63份问卷,探究人们对色彩影响情绪这个观点的接受程度以及人们对不同色彩的具体心理感受,对服装设计中色光疗法对消费者的影响作出基本判断。

调研目标群体的性别和年龄分布比较平均,男性占比47.62%,女性占比52.38%,如图3所示。其次在调研中25~30岁的参与者较多,如图4所示。总的来说,样本收集的数据较为可靠。

在调查问卷中设置了“您认为色彩对您的情绪有影响吗?”这样的问题。如图5所示,76.19%的人们认为在生活中色彩对他们的情绪产生过影响。同时,进一步了解到,不同的个体对色彩的心理认知感受是不同的。对于什么样的色彩可以令人的情绪放松这个问题,50.79%的人选择了红粉色系,但是其他色系比如

青绿、橙黄的选择比例比较平均,如图6所示。

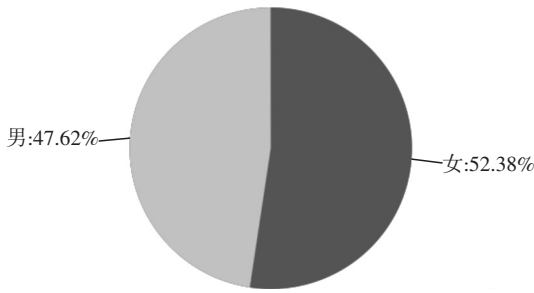


图3 目标群体性别分布

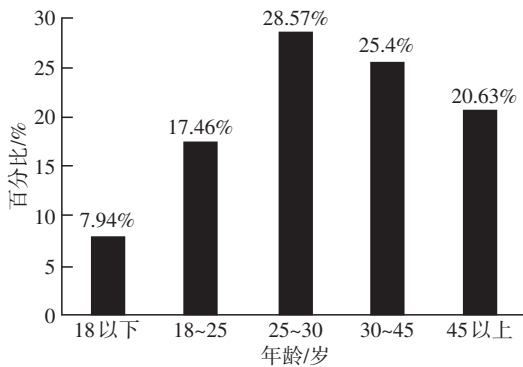


图4 目标群体年龄分布

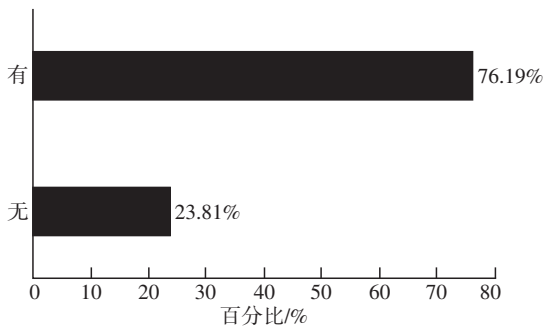


图5 消费者认为色彩是否对情绪有影响

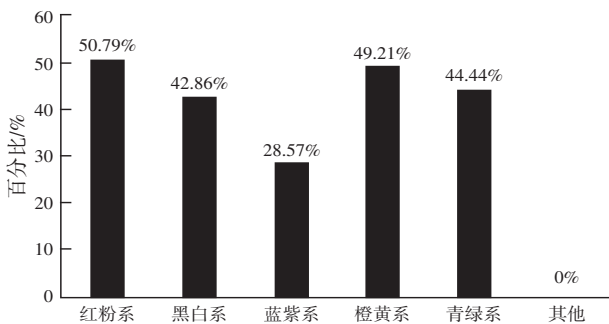


图6 什么颜色能使消费者在有压力或情绪不好时得到放松

在抑郁症患者中,紧张焦虑是常常会出现的心理问题,因此色光疗法的作用不仅仅体现在对身体机能的变化。调研中发现人们可以很直观地体会到色彩对其情绪的影响。如图7所示,65.08%的受访者在看喜欢的颜色时会缓解紧张的情绪。如图8所示,73.02%

的人在穿着不同色彩的服装时会产生不同的心情。

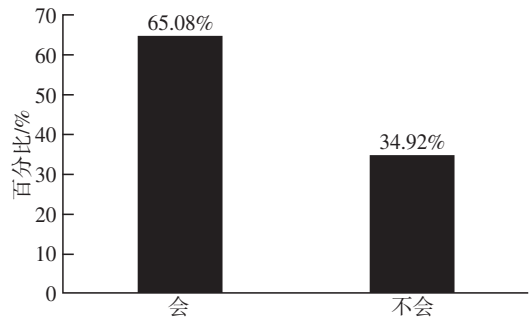


图7 消费者紧张时看到喜欢的颜色是否会被缓解

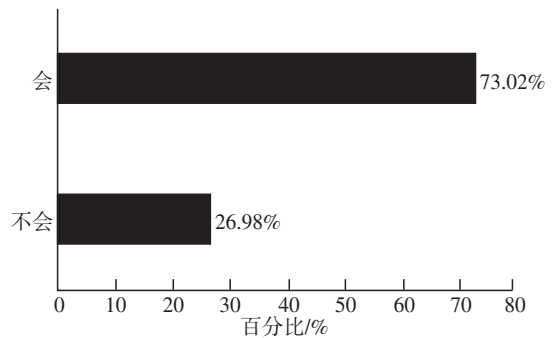


图8 消费者穿着不同颜色服装时是否会有不一样的心情

为探究不同的色彩会对人的情绪产生什么样的影响,设置“请您根据自己的情况,对下列色彩使您感到情绪做出选择”这个问题,意图了解人们对某种色彩的直观感受。如图9所示,大多数受访者对红色、橙色、绿色、蓝色、白色都会产生愉快、活泼的情绪感受,不同的个体对不同色彩的情绪感受也存在着一定的差别。由此可见,色彩在治愈人情绪方面是有一定的作用的。

在对色彩和情绪之间的关系做出一定的探究之后,将色彩置于服装中。在问卷中,如图10所示,68.25%的人对服装中的色彩能影响人体健康持肯定的看法,同时77.78%的受访者愿意通过服装色彩来调节自身的情绪感受,如图11所示。

4 色光疗法在服装设计应用中的展望

色彩对人们心理有着重要的影响,人们对不同的色彩有着不同的心理感受,色光疗法成为治疗心理疾病的重要方法。同时,在服装设计中色彩的应用一直是重要的一环,通过对色光疗法中色彩学的研究,迎合消费者对于服装选择的特殊心理需求^[5],是服装行业发展的新渠道。因此,一方面,色光疗法在服装上的应用促进了服装设计方法的多元化;另一方面,通过服装色彩的表现,缓解大众不良的心理情绪,对社会的发展有着重要的意义。

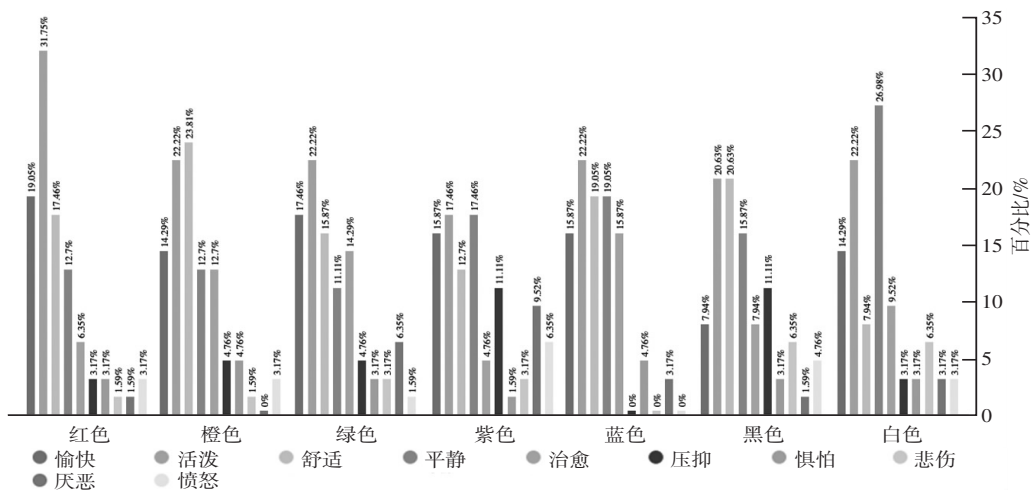


图 9 色彩使消费者感受到的情绪

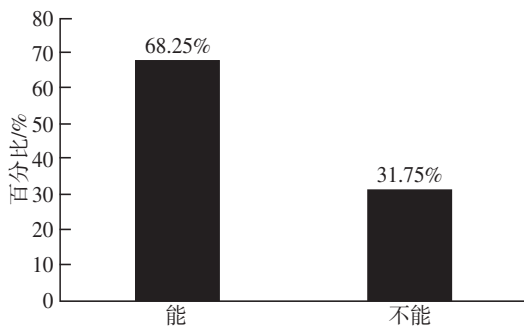


图 10 消费者是否认为服装的颜色能影响人体健康

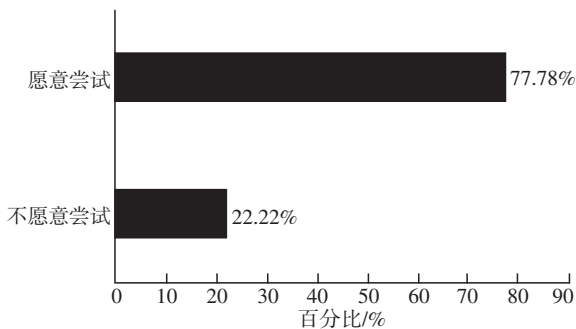


图 11 消费者是否愿意通过服装色彩调节情绪感受

4.1 促进服装设计方法多元化

服装设计与色光治疗方法的结合，是一种创新服装设计方法的全新角度，促使人们通过服装关注现存的心理问题以及社会中存在的现实问题，在日常生活中给予特殊心理人群更多的关注。这种直面心理问题，将色光疗法引入服装色彩设计中的应用方式需要更加深入的探索。这就要求设计师把学术研究和具体实践结合起来，持续提高思想、理论、艺术水平，通过服装色彩的使用，潜移默化地缓解抑郁症患者焦虑、抑郁的心理状态，逐渐改善身体技能及心理状况，帮助他们通过颜色偏好

唤醒生命意识，关切他们成长的过程，达到缓解抑郁、热爱自然、热爱生活的目的^[6]。

色光疗法是一类成熟的治疗方法，值得转化和传播并进行更深层次的研究，同样，也可以说是对存在物及其规律的探索。色光疗法在服装中的应用突破传统的服装色彩应用方式，深入探究色彩的功能性作用并与服装相结合，在实现服装审美价值的同时可以对弱势精神障碍人群进行一定程度的治疗，也是一种全新的治疗角度及服装设计应用角度。

4.2 体现服装设计的社会意义

服装设计作为必不可少的设计种类，从另一个角度来说也是一种艺术创作。艺术创作就不可避免地要面对社会现实的人物和场景，更加难以摆脱人的思想情感和精神世界的影响。色光疗法在服装设计中的应用，采用色彩学的手段来干预人们的情感表现，调节情绪，促进行为改变，对缓解抑郁症患者的病情也有着一定的作用。通过这种心理治疗，唤醒抑郁症患者对生命的意识，是色光疗法社会价值的展现^[7]。通过对色光疗法在服装设计中应用的具体分析可以看出，色光疗法是一种“以人为本”的治疗方法，抑郁症人群通过色彩变化来调节心理情绪，增加对生活的热情，并且获得更多的温暖、接纳及尊重。

色彩的感觉促进大脑的活动^[8]，通过服装中的色彩展现色光疗法，潜移默化地达到净化不安情绪的目的。同时可以认为色光疗法是系统的治疗方式，作为一种完善的医疗手法，很容易解决设计中是否正确运用色调的问题，而缓解人的精神问题是关键。色光疗法在服装设计中的应用虽然面临着巨大的挑战，但是作为一个全新的设计方式，通过设计去创造有效的治

疗疾病的渠道是非常有意义的。

5 结束语

通过分析色光疗法与服装设计结合的案例及其对社会发展的意义得出,色光疗法是色彩学在服装设计中应用的更深层次的体现,不仅是对色彩具体感受的分析,更多的是色彩功能的体现。随着现代人心理问题的日渐增多,色光疗法成为有效的治疗手段。通过服装所展现的审美价值,实现了为心理障碍群体提供全新的治疗渠道;以色光疗法为切入点,深入探究色彩的应用方式,为服装设计的应用拓宽了灵感渠道。因此,在时尚领域采用服装来展现色彩功能是可以普及的方式,色光疗法是色彩学在服装设计中的深入应用,且可以促进服装设计的多渠道发展。

参考文献:

[1] 李海英. 色彩在服装设计中的应用研究[J]. 美术教育研

究,2019(14):48-49.

- [2] 周谨蓉. 浅析色彩情感在服装中的体现[J]. 中国成人教育,2006(11):113-114.
- [3] 胡成凤, 郭红芳. 色彩在服装设计中的应用探析[J]. 普洱学院学报,2019,35(1):109-110.
- [4] 色光疗法[EB/OL]. (2020-11-10). <https://baike.com/item/色彩疗法/6548428?fromtitle=色光疗法&fromid=8386057&fr=aladdin>.
- [5] 李扬. 服装色彩运用对视觉心理的影响[J]. 黑龙江纺织,2022(2):20-22.
- [6] 张碧云, 冯佳森. 色彩心理学意义的绘画艺术治疗探析:以焦虑症为对象[J]. 浙江工业大学报(社会科学版),2019,18(3):339-343.
- [7] 陈瑶. 服装色彩偏好与心理健康的关系研究[J]. 化纤与纺织技术,2021,50(7):41-42.
- [8] 田静, 王洪武. 色彩心理与服装[J]. 重庆工商大学学报(自然科学版),2008,25(3):336-338.

Application of Chromatography Therapy in Fashion Design

—A Case Study of Patients with Depression

LIU Jin

(School of Fashion, Wuhan Textile University, Wuhan 430073, China)

Abstract: Through the specific expression of color in clothing, the impact of color on the mood of patients with depression was analyzed. By using the questionnaire survey method and case analysis method, the following conclusions have been drawn. On the one hand, the application of chromatography therapy in clothing design could broaden the method of clothing design and make more people pay attention to the value of life and the problems existing in modern society. On the other hand, paying attention to the creation of color tone in fashion design could realize the special effect of easing the public mood and purifying the soul.

Key words: chromatography therapy; color ratio; depression; fashion design

(上接第 34 页)

Application of AGV Trolley in the Warp Beam Transfer System of Glass Fiber Warping Workshop

HUANG Jianjian, LI Xiaomin, CHEN Cong, WANG Xiaolei

(Nanjing Fiberglass Research & Design Institute Co., Ltd., Nanjing 210012, China)

Abstract: As an unmanned laser guided transport vehicle, the AGV trolley can independently complete a series of automated transportation under the scheduling and management of the computer. In recent years, with the continuous increase in demand for glass fiber, glass fiber factories are facing enormous challenges. In the glass fiber warping workshop, most domestic production enterprises still rely on manual labor to complete production operations, quality testing, inbound and outbound operations and report statistics. Low production and management efficiency, difficult quality control, difficult labor, high management costs, seriously affect the competitiveness of glass fiber enterprises. A series of automated transfer paths in the glass fiber warping workshop were perfected by using the interaction between the computer scheduling system and AGV trolleys, achieving automation in the glass fiber warping workshop.

Key words: glass fiber; warping workshop; AGV trolley; automation