

双相情感障碍者疗愈之歌——《我只是病了》

- ◆ 品牌名称：/
- ◆ 所属行业：/
- ◆ 执行时间：2024.03.10-03.20
- ◆ 参选类别：公益营销类

结案视频

查看视频请复制链接，粘贴到新浏览器页面里观看视频

关爱双相情感障碍 呼救篇

<https://share.weiyun.com/7dlAEhfW>

关爱双相情感障碍 救赎篇

<https://share.weiyun.com/CSXLV5ni>

● 背景&目标

每年的3月30日是世界双相情感障碍日。提到“双相情感障碍”，有很多人可能不了解，甚至还有的人都没听说过。

双相情感障碍是一种周期性情绪过度高昂或低落的疾病。
事实上，躁郁症是“狂躁”和抑郁的交替或混合发作。

双相障碍者在躁狂发作期间表现是情感高涨、易激惹、语言增多，活动增多、精力旺盛、行为冲动、睡眠需求减少等表现。



当双相障碍者在抑郁发作期间，表现为情绪低落、兴趣减少、精力减退、自我评价降低、活动减少、自责、悲观绝望、睡眠差、胃纳差，甚至可能出现自杀念头或行为。

● 背景&目标

**双相情感障碍在全球所有疾病中排名第17位，是主要的残疾来源。
双相障碍的自杀率在精神疾病中排在首位，是比抑郁症更可怕的心理疾病。**

01 有调查显示，双相情感障碍的时点患病率为1%—4%，终生患病率更高。世界精神健康调查组织报告说，其终生患病率为2.4%。

02 双相情感障碍者从首次发病到确诊的平均时间是10年，并且具有高复发率、高致残率、高死亡率及低诊断率和低治疗率的特点。



03 该病的发病高峰年龄多在15-19岁，25-50%的双相情感障碍者有过自杀行为，近20%的双相障碍者自杀死亡。

04 中国50%的双相情感障碍者在发病5年内没有得到治疗，36%的双相情感障碍者在发病10年内没有得到治疗。

● 背景&目标

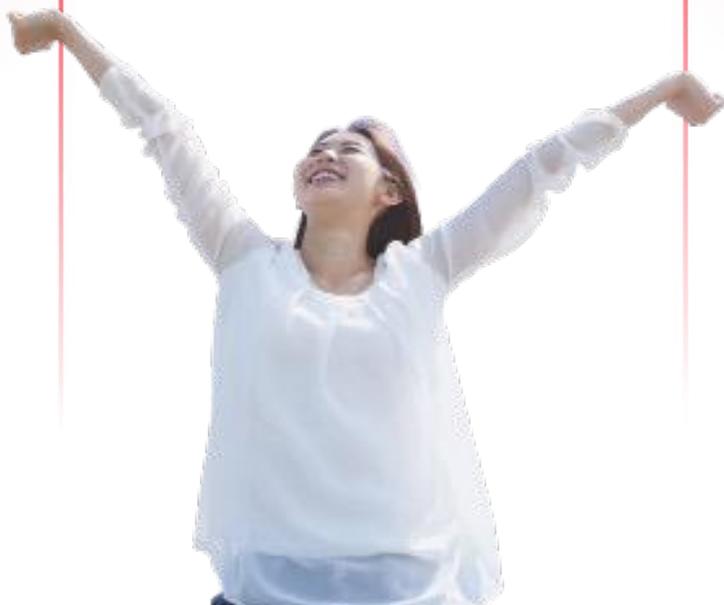
我们期望让大家对双相情感障碍者有更多的了解、关注、包容，也倡导大家重视心理健康问题，不讳疾忌医，勇敢面对生活。

爱是宇宙中治愈一切最好的良药

爱是生命活力，爱是人生的正信正念。我们希望通过此次唤醒大家对双相障碍者的关注和关爱，也让双相障碍者接受最真实的自己，让社会不再是冷冰冰的距离，而是充满温度和温情的。

理解他们，包容他们

理解病患内心在异常激烈地与内在邪恶力量斗争，并遭受到恐惧和焦虑的煎熬，拼尽力气远离痛苦的挣扎，提供一个来自社会支持以及包容、陪伴的良好的愈后环境



洞察&策略

- 通过对目标人群的洞察有怎样的发现?
- 整个案例的核心策略是什么? 即借用哪些创新技术或媒介形态, 以及怎样的创意诉求方式, 完成品牌的营销目的
- 案例的最大亮点在哪? 譬如创意性、技术性、互动性、精准性.....



用宇宙通用的语言即音乐去表达情感， 唤起强烈共鸣

音乐是世界通用的语言，突破地域、时间、空间的限制。音乐有着强大的情感表达能力，各种音乐元素，如节奏、旋律、和声和歌词，都可以触发个体的情感反应。我们希望通过音乐旋律，表现更强的情绪感染力，通过歌词中的文字和叙事引发听众的共鸣，使他们与歌曲产生情感连接。

真实故事最感人 用情感联结情感

此次创作是将切入视角聚焦在具体的患者，从“真实性”出发，将真实人物的经历、情绪和心路历程呈现在旋律前，讲述这个疾病的热门趋势，展现出足够氛围。既让此病患者在音乐中找到与自己情感状态相符的元素时，感到被理解和支持，又能引发听众的共鸣，使他们感同身受，来激发听众情感。

关爱双相情感障碍者 原创疗愈之歌——《我只是病了》

解决方案

解决方案

创意构思，确定方向

以双相情感障碍为此次创作原点，借助患者具象化，以心理活动及经历阐述的形式作为整体词曲思路，开始创作。

创作关爱双相情感障碍者原创
疗愈之歌歌词

患者和关爱者双角度交融，
谱写歌词

完成音乐主旋律创作 完成录制

创作《我只是病了》主旋律
五线谱并录制

牵手专业音频分享平台，为用户带去疗愈陪伴歌曲于喜马拉雅APP发表

歌曲于喜马拉雅APP发表，
为用户带去疗愈陪伴

创意构思，确定方向

爱是救赎，你是解药

歌词讲述了双相情感障碍的双重救赎，即他人救赎和自我救赎。

从主人公排斥亲密感，明明很想爱却把对方推开。爱人无法包容，无奈离开。但在最后是社会支持和自我接纳帮助了TA，TA鼓起勇气向身边人坦白自己病情，并收获了他们的理解和原谅。最后重获陪伴，在自我接受下，获得双重救赎，慢慢学会了如何与自己的情绪相处，接受最真实的自己。



为每个人递去雨天里的伞

曲风变换升华，曲风变换象征情感波折，曲风升华象征情感救赎

前面叙事采用小步舞曲，用华尔兹道来双相情感障碍者犹豫却抓狂的一个状态。第二段主歌，节奏从明亮转换到了阴暗，钢琴旋律加速，表达主人公由晴天转为狂风暴雨的状态只须臾之间。最后的编曲上，由华尔兹86，转为采用迷幻摇滚44，展现主人公痛苦但得到疗愈，救赎，希望的未来。

患者和关爱者双角度交融，谱写歌词

关爱双相情感障碍者原创疗愈之歌——《我只是病了》歌词展示

我 旋转 又倒下 在最美的一瞬间

他 失望 又离开 在爱我的一转念

是 是我 也是我

我 既悲伤 又开怀

我 想和解 和世界 和所有爱我的人

我 想不开 想离开 想见一次爱的人

他 爱着我却受不了 不想离开 只能离开

我是冷是热 是冰是火 是疯魔

啊~~~~ 哈啊~~~~ 啊~~~~ 哈啊~~~~

不 不 我不 我不 我不是 我不是 我不是疯魔!!! ~~~~~呜呜~~~~

我只是病了，第一次和你坦白，诉说着爱，与无奈，意识控制失败

我一阵笑，一会吼叫，心绪莫名失焦，靠近你却燃尽血脉

我不想伤害，我明明欢心期待，却不停退，推开爱，褪下一层依赖

我追寻光，却走不出阴暗灰霾，还好你在，你明白，我只是病了.....

还好你在，你懂爱，你带我看，窗外.....

歌曲录制

“向所有处在双相路口的灵魂，带去慰藉与关怀”

“诉说着爱，与无奈，意识控制失败”



——《我只是病了》**呼救篇**



“还好你在，你明白，我只是病了”

——《我只是病了》**救赎篇**

● 媒介&执行

歌曲于喜马拉雅APP发表，为用户带去疗愈陪伴

喜马拉雅拥有全时段全场景疗愈产品

高品质疗愈音、白噪音、催眠音、冥想音、疗愈课程.....

为用户带去全方位的疗愈陪伴

精准场景资源，精准人群覆盖
温馨软性陪伴，提升内容温度

更多元的场景，更优质的体验，
持续为用户带来全时段疗愈



● 媒介&执行

01

独具功能疗愈性，关注当下社会人群最容易被忽略的情感问题，推动当代社会心理健康发展



02

以小见大，以个像绘群像，引发更多情感共鸣和社会关注，推动和谐社会建设



03

借助音乐载体，牵手专业音频分享平台构建沟通平台，实现声音疗愈



● 效果&反馈

播放量

16800

+

收藏量

960+

转发量

1320

+

点赞量

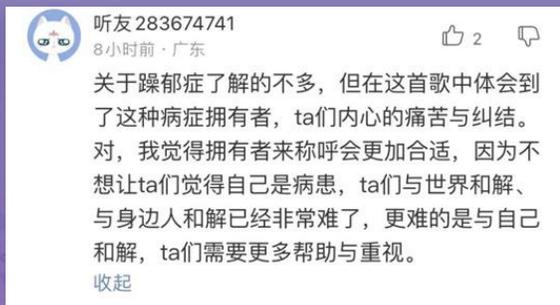
920+

订阅量

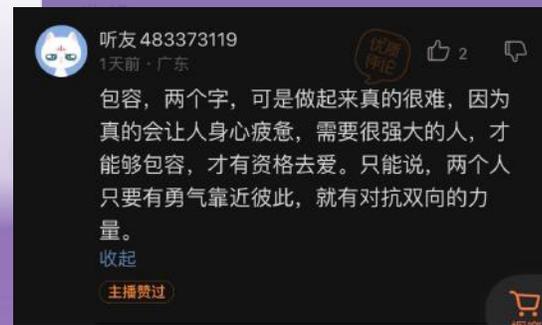
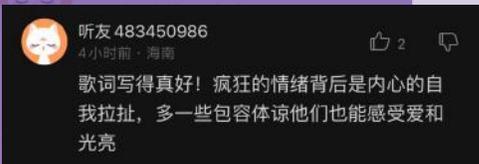
640+

平台数据表现优异
短短半日总体曝光量超平均水平

效果&反馈



内容辐射激发众多关注及讨论
影响力推向新高潮



情感共鸣引发全网热议

完成音乐主旋律创作

画面展示为

关爱双相情感障碍者原创疗愈之歌——《我只是病了》

主旋律五线谱

The image displays a page of musical notation for the main melody of the song 'I'm Just Sick'. The notation is written on ten staves, each with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The time signature is 6/8. The melody is marked with measure numbers 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37, 41, 45, 49, 53, 57, 61, 65, and 69. The notation includes various musical symbols such as notes, rests, and accidentals, representing the main melody of the song.