

UI UX DESIGN

Au service
des émotions



Abstract

Since I was young, I have been interested in design, especially digital design. My father is a web designer and developer, so I had the chance to see how design rules and accessibility standards changed over time. After finishing my STI2D baccalaureate, I returned to design through the DN MADE program. There, I discovered again what inspires me most: UI and UX design. During my studies, I learned about designers like Cj Cawley and Gwenolé Jaffredou. Their work helped me see new ways of thinking about design and influenced how I approach my own projects.

The central question of this thesis is: How does UI and UX design contribute to mediating between emotional experience and psychological care? This study explores how interface design can support emotional expression and promote well-being. It explains how emotions work and how our perception of colors, shapes, and visual structures affects the way we feel. Understanding these relationships helps designers create digital experiences that are not only functional but also calming, supportive, and intuitive.

The research also looks at emotional and inclusive design through applications like Daylio and Wysa. These apps show how colors, simple layouts, and gentle interactions can reduce mental effort and help users understand and manage their emotions. The study highlights the importance of designing interfaces that can adapt to different emotional needs while staying clear, accessible, and inclusive for everyone.

Finally, the thesis discusses the ethical responsibilities of designers when working with sensitive emotional content. It also presents a personal project: an application designed to help users understand and express their emotions. The interface is simple, empathetic, and supportive, combining functionality with emotional care. This project demonstrates that thoughtful UI and UX design can mediate between emotional experience and psychological well-being, improving daily life while respecting users' feelings and needs.

Merci !

Je tiens à exprimer mes sincères remerciements à Madame Gilson, Monsieur Le Fèvre et Monsieur Gomez pour leur accompagnement attentif tout au long de la rédaction de ce mémoire. Leurs conseils, leur disponibilité et la qualité de leurs retours ont largement contribué à l'évolution de ma réflexion et à la structuration de ce travail. Leur regard critique, à la fois exigeant et bienveillant, m'a permis d'approfondir mes recherches et de préciser mes intentions. Je les remercie également pour leur soutien et leur engagement, qui ont été déterminants dans l'aboutissement de ce mémoire.

01

Comprendre le lien entre émotion et perception

- A. Définir les émotions : entre science, philosophie et art
- B. Percevoir le monde : les fondements sensoriels de l'émotion
- C. Traduire une émotion par la forme et la couleur

02

Le design comme outil de médiation émotionnelle

- A. Le design émotionnel : concevoir pour ressentir
- B. Design inclusif et empathique : concevoir pour la diversité émotionnelle
- C. L'interface comme médiateur émotionnel

SOMMAIRE

Vers un design empathique et thérapeutique

- A. Le design du bien-être : quand l'esthétique devient soin
- B. Enjeux éthiques et limites
- C. Vers une interface empathique et sensible

Intro

La santé mentale constitue aujourd’hui un enjeu sociétal majeur. L’Assurance Maladie a désigné 2025 comme « l’année de la santé mentale », soulignant l’urgence d’une prise en charge large et accessible. Pourtant, 23 % des Français estiment ne pas prendre suffisamment soin de leur santé psychique, avec des chiffres encore plus élevés chez les femmes et les jeunes. Par ailleurs, la stigmatisation demeure très présente : près de 70 % des Français adhèrent encore à au moins un stéréotype lié aux troubles psychiques.

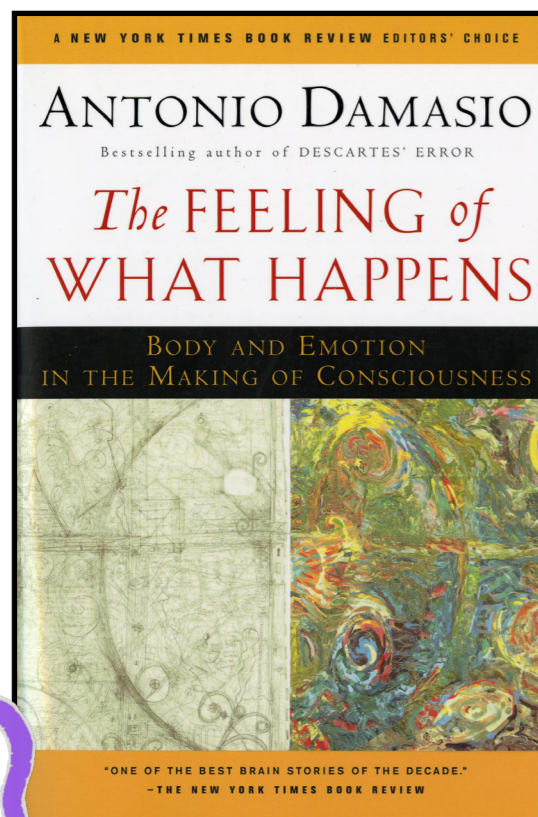
Dans un monde où les outils numériques façonnent notre manière d’agir, de communiquer et de ressentir, les interfaces jouent un rôle décisif dans la perception émotionnelle. Elles ne sont plus de simples supports fonctionnels : elles participent à la régulation, l’expression et la compréhension des émotions. Ainsi, le design d’interface s’impose progressivement comme un véritable médiateur entre le vécu émotionnel et les formes possibles de soutien psychologique.

Dès lors, une question centrale émerge : comment le design d’interface peut-il faire le lien entre perception émotionnelle et prise en charge psychologique ?

01 Comprendre le lien entre émotion et perception

A. Définir les émotions : entre science, philosophie et art

Dans un monde où les outils numériques façonnent notre manière d'agir, de communiquer et de ressentir, les interfaces jouent un rôle décisif dans la perception émotionnelle. Elles ne sont plus de simples supports fonctionnels : elles participent à la régulation, l'expression et la compréhension des émotions. Ainsi, le design d'interface s'impose progressivement comme un véritable médiateur entre le vécu émotionnel et les formes possibles de soutien psychologique.

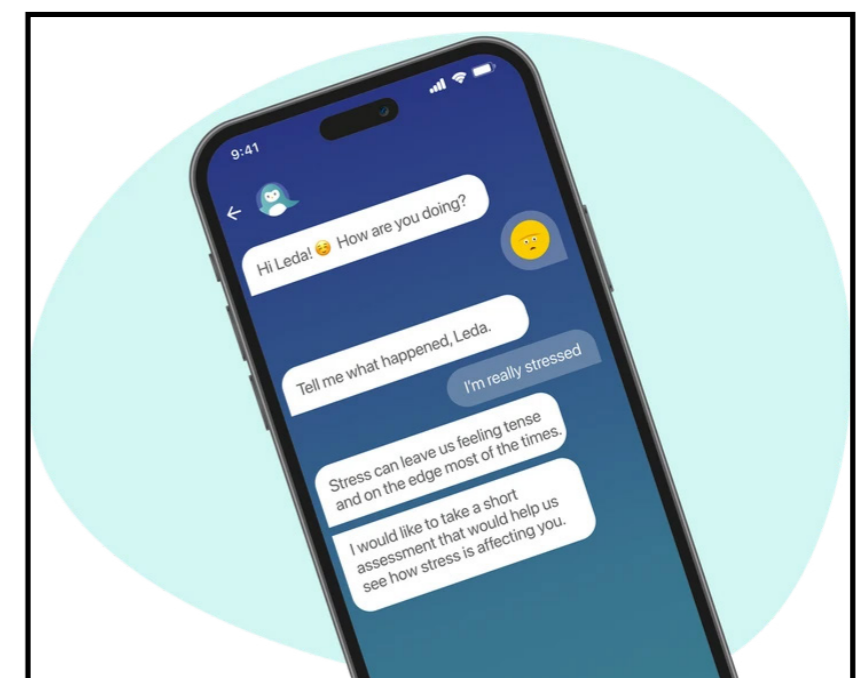


«The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness»
Antonio Damasio (10 Octobre 2000)



Presently un journal de gratitude quotidien minimaliste pour Android

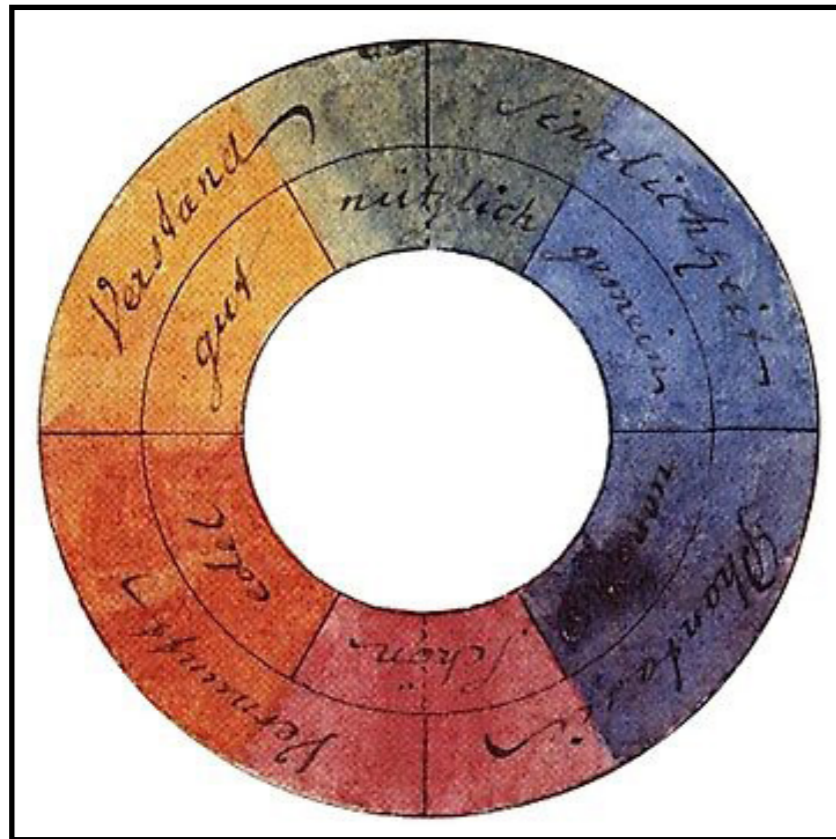
Ces distinctions ont une réelle influence sur le design d'interface. Certaines applications comme Presently ou Stoic s'adressent davantage au registre du sentiment : elles proposent un espace où l'utilisateur peut poser des mots sur ce qu'il traverse, en l'encourageant à réfléchir plutôt qu'à réagir. D'autres dispositifs, comme certaines interfaces de respiration, agissent davantage sur la sensation : ils proposent des stimuli visuels ou rythmiques qui modifient immédiatement l'état corporel. Quant aux outils comme Wysa, ils accompagnent justement ce passage de l'émotion brute au sentiment conscient, en guidant progressivement l'utilisateur à travers des questions simples. Comprendre cette gradation permet donc de concevoir des expériences numériques qui respectent le rythme interne de l'utilisateur et offrent un cadre adapté à la nature de son ressenti.



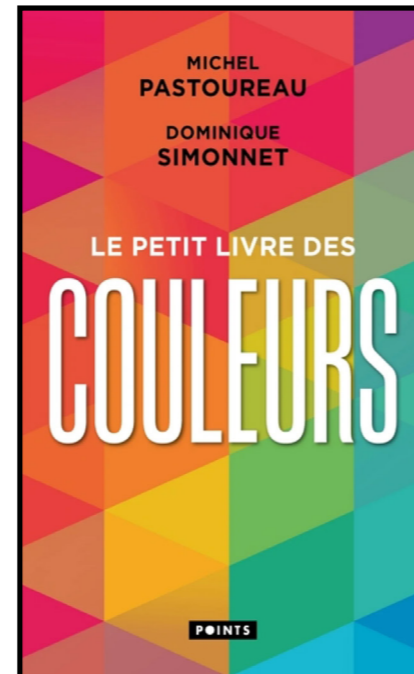
Wysa est une application de bien-être mental qui utilise un chatbot basé sur l'intelligence artificielle pour aider les utilisateurs à gérer le stress, l'anxiété et leurs émotions au quotidien.

B. Percevoir le monde : les fondements sensoriels de l'émotion

La manière dont on perçoit ce qui nous entoure joue un rôle essentiel dans nos émotions. Notre vision n'isole pas les éléments : elle les organise spontanément en structures cohérentes de formes et de couleurs. Rudolf Arnheim a montré que ces éléments visuels simples couleur, lumière, forme modifient profondément notre ressenti psychologique.



Théorie de la roue chromatique des couleurs **Goethe Magnet**

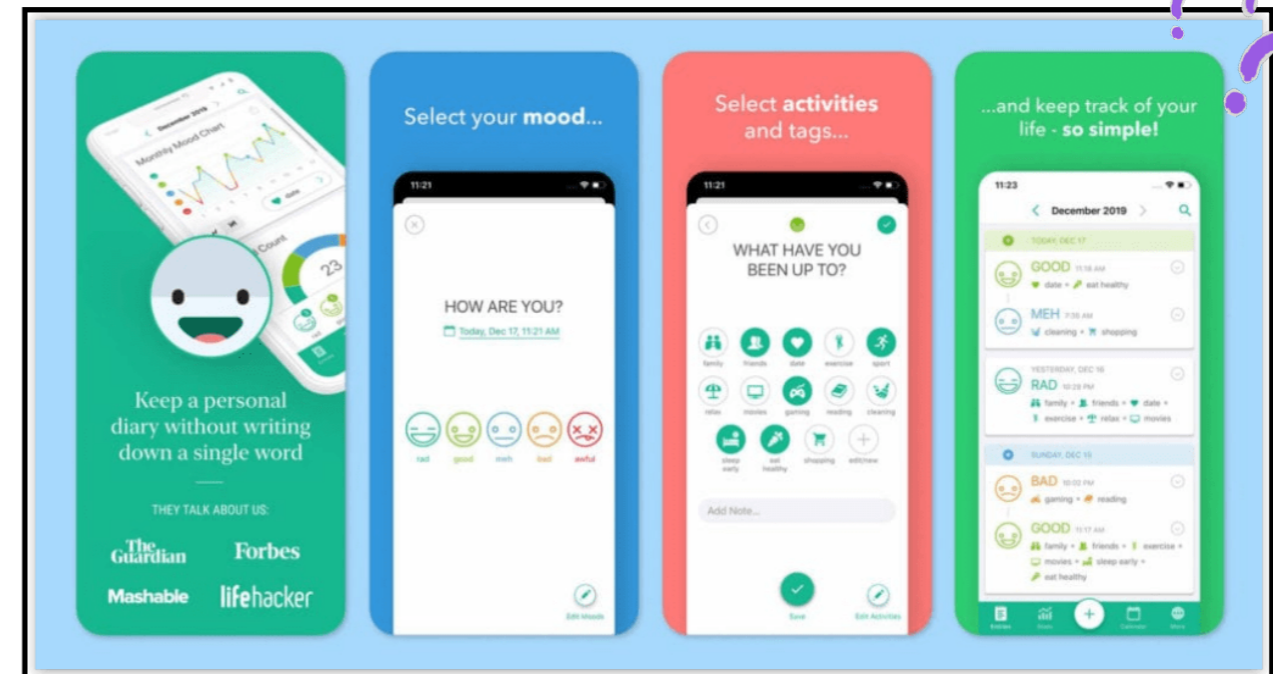


«Le petit livre des couleurs»
Michel Pastoureau (2015)

Michel Pastoureau rappelle que toute couleur est porteuse d'histoire, de culture et de symbolique, et que ces dimensions influencent la manière dont nous interprétons ce que nous voyons. Bien avant lui, Goethe avait déjà étudié les effets psychologiques des couleurs, et Johannes Itten, avec son cercle chromatique, a théorisé les contrastes (chaud/froid, clair/foncé, complémentaires) qui modifient notre perception et déclenchent des réactions émotionnelles immédiates.



«L'art des couleurs» cercle chromatiques en 12 parties
Johannes Itten (1991)



Daylio est une application de journal intime et de suivi d'humeur qui permet d'enregistrer facilement ses activités et ses émotions quotidiennes pour mieux comprendre ses habitudes et son bien-être.

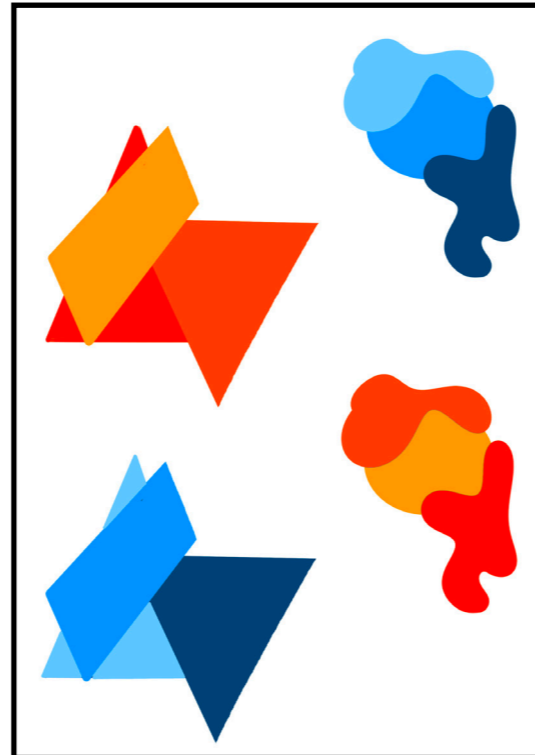
Ces principes se retrouvent concrètement dans la conception d'interfaces numériques. Par exemple, Daylio, une application de suivi d'humeur, utilise des couleurs chaudes et saturées pour stimuler l'engagement : ces teintes évoquent l'énergie et la proximité, ce qui encourage l'utilisateur à enregistrer régulièrement son état émotionnel. À l'inverse, Wysa, application d'accompagnement émotionnel, privilégie une palette de bleus et de violets : ces couleurs froides et profondes sont traditionnellement associées au calme, à la fiabilité et à l'introspection de ce qui crée un environnement rassurant propice à la conversation.

C. Traduire une émotion par la forme et la couleur

Associer une forme ou une couleur à une émotion revient à créer un véritable langage visuel. Les recherches en perception ont montré que certaines formes arrondies évoquent spontanément la douceur et la sécurité, tandis que les formes angulaires activent des réactions de vigilance ou de tension. Les couleurs jouent un rôle tout aussi déterminant : les teintes froides sont souvent associées au calme et à la stabilité, alors que les couleurs chaudes et contrastées stimulent l'énergie, l'attention ou l'excitation. Les travaux d'Itten sur les contrastes et ceux de Goethe sur les effets chromatiques immédiats montrent que ces associations ne sont pas fortuites : elles font partie de notre manière intuitive de donner sens au monde.

Ces correspondances se traduisent directement dans le design d'interface. Des expériences comme « EmoPaint » ou « Color Your Emotion » permettent à l'utilisateur de traduire son état intérieur en formes et couleurs, rendant visible un ressenti parfois difficile à verbaliser. D'autres dispositifs, comme les mood boards inspirés du film Vice-Versa, utilisent l'association entre teinte, forme et intensité pour aider les utilisateurs notamment les enfants ou les adolescents à identifier ce qu'ils ressentent. De nombreuses applications de bien-être exploitent également ces principes : des formes arrondies pour apaiser, des transitions douces pour accompagner, ou encore des palettes limitées pour éviter la surcharge sensorielle. La forme et la couleur deviennent ainsi des voies d'expression émotionnelle à part entière.

EXPERIMENTATIONS



Cette expérimentation consiste à explorer la manière dont des émotions peuvent être exprimées sans recours à la figuration, uniquement à travers des formes géométriques, des aplats de couleur et des compositions abstraites. Différentes combinaisons de couleurs chaudes et froides, de formes angulaires ou arrondies, sont utilisées pour suggérer des états émotionnels distincts. L'objectif est d'observer si ces éléments visuels suffisent à transmettre une émotion identifiable et à susciter un ressenti chez l'utilisateur, sans indication textuelle.



Cette seconde expérimentation explore une approche plus figurative et expressive de l'émotion, en utilisant des visages stylisés et des formes anthropomorphes pour représenter différents états émotionnels. Les émotions sont ici incarnées à travers des expressions exagérées, des traits irréguliers et des couleurs marquées, rendant les ressentis immédiatement lisibles. Cette approche vise à tester une reconnaissance émotionnelle plus directe, fondée sur des codes visuels universels liés au visage et au corps.

ANNEXES

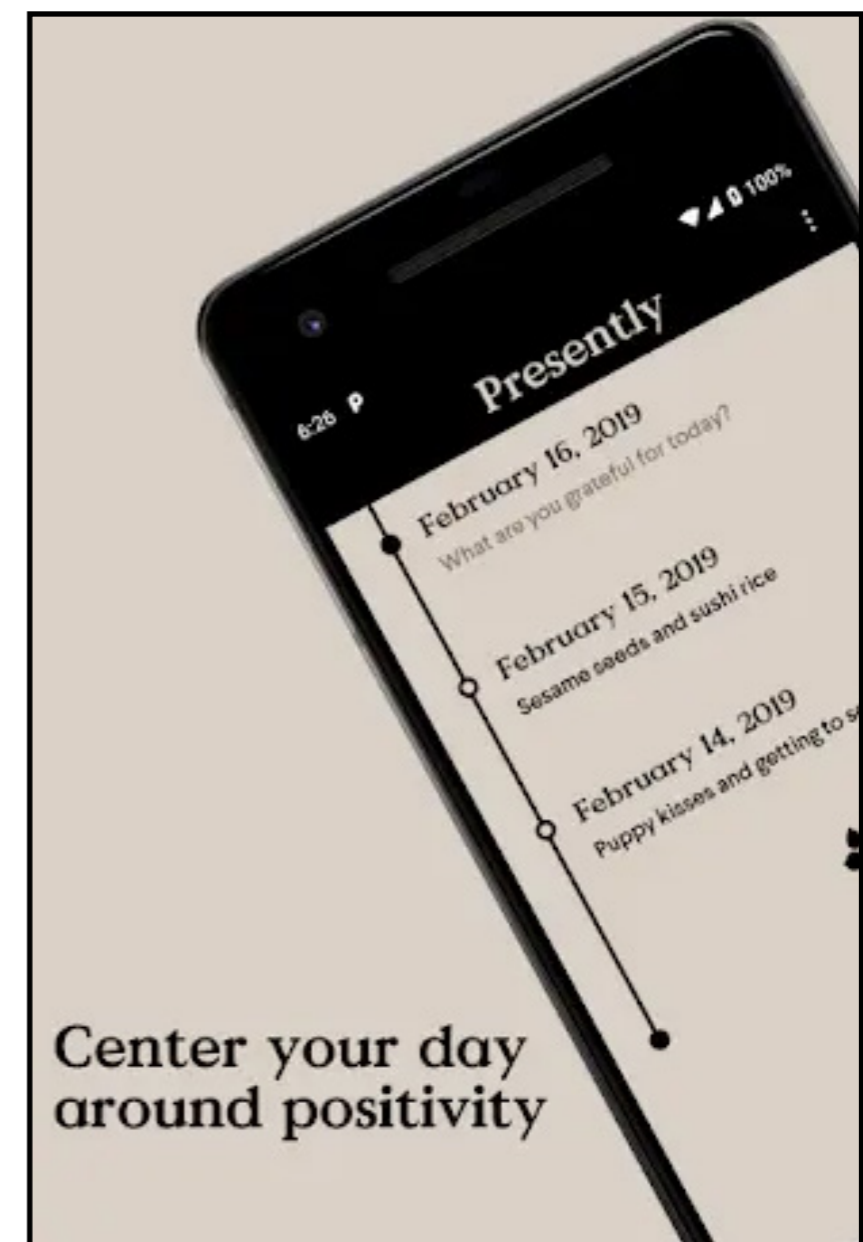
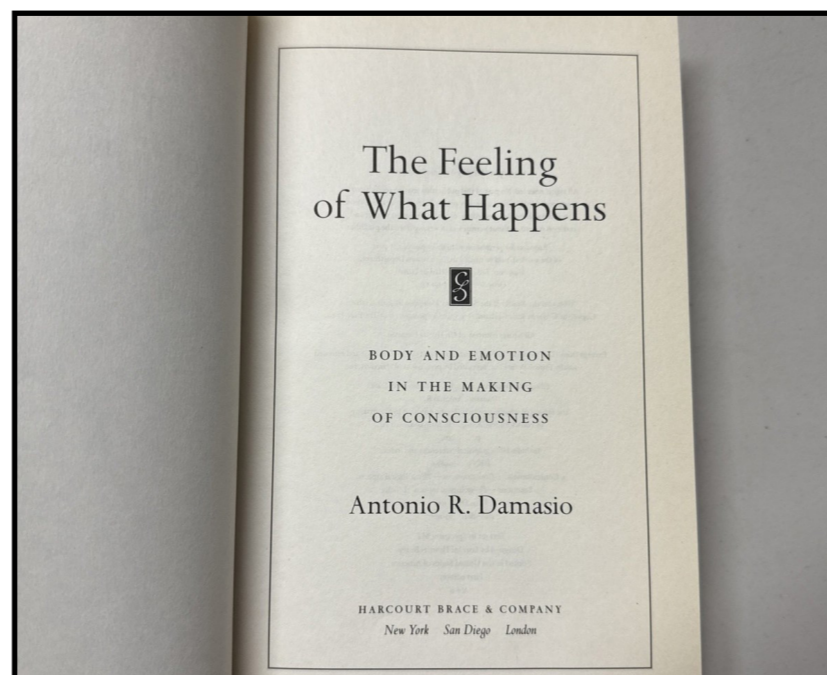
«The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness»

Antonio Damasio
(10 Octobre 2000)

Ces distinctions ont une réelle influence sur le design d'interface. Certaines applications comme Presently ou Stoic s'adressent davantage au registre du sentiment : elles proposent un espace où l'utilisateur peut poser des mots sur ce qu'il traverse, en l'encourageant à réfléchir plutôt qu'à réagir. D'autres dispositifs, comme certaines interfaces de respiration, agissent davantage sur la sensation : ils proposent des stimuli visuels ou rythmiques qui modifient immédiatement l'état corporel. Quant aux outils comme Wysa, ils accompagnent justement ce passage de l'émotion brute au sentiment conscient, en guidant progressivement l'utilisateur à travers des questions simples. Comprendre cette gradation permet donc de concevoir des expériences numériques qui respectent le rythme interne de l'utilisateur et offrent un cadre adapté à la nature de son ressenti.

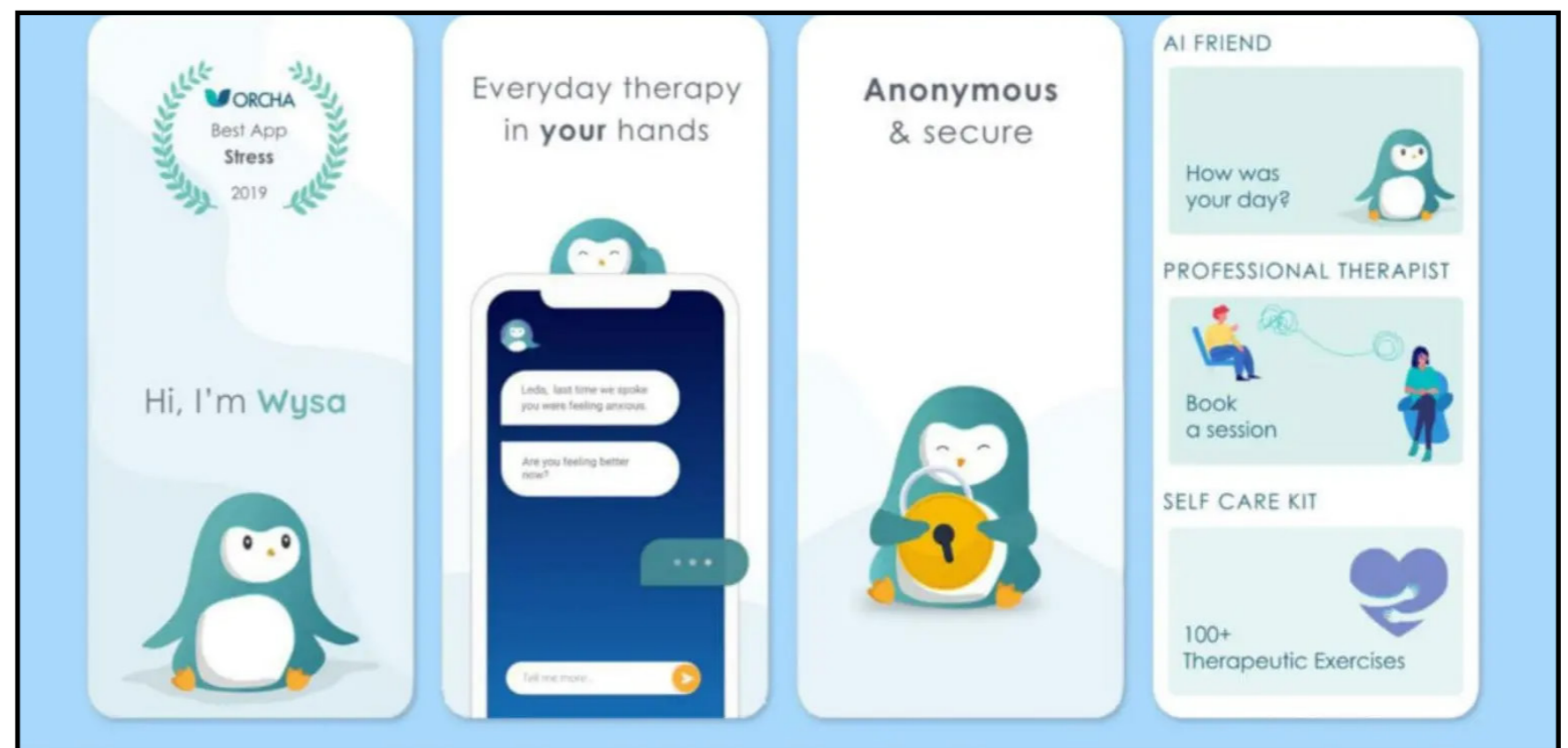
Presently

Presently est une application Android de journal de gratitude quotidien au style minimaliste, conçue pour permettre aux utilisateurs de noter facilement chaque jour quelques pensées ou éléments de gratitude, sans distractions, publicités ni fonctionnalités inutiles, tout en favorisant une habitude simple et régulière axée sur le bien-être, la pleine conscience et le respect de la vie privée.



Wya

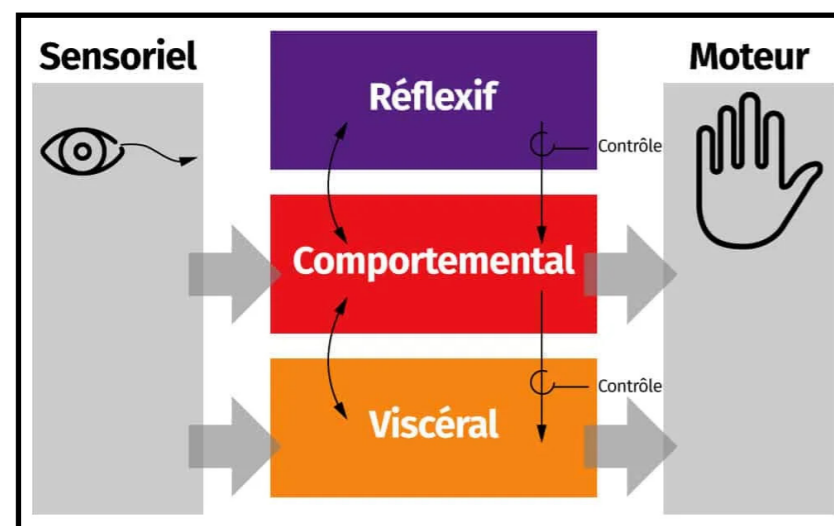
Wysa est une application de bien-être mental accessible sur Android et iOS qui combine intelligence artificielle et techniques psychologiques reconnues pour aider les utilisateurs à mieux gérer leurs pensées et émotions au quotidien. Elle propose une conversation 24 h/24 et 7 j/7 avec un chatbot empathique alimenté par IA, qui réagit à ce que vous écrivez, vous aide à explorer vos sentiments et vous guide vers des outils adaptés à vos besoins : exercices de thérapie comportementale et cognitive, méditations, techniques de respiration et de pleine conscience, aides au sommeil, suivi de l'humeur et exercices de réflexion personnelle. L'application inclut aussi une bibliothèque de ressources thématiques et un suivi de vos motifs émotionnels au fil du temps pour mieux comprendre vos réactions.



02 Le design comme outil de médiation émotionnel

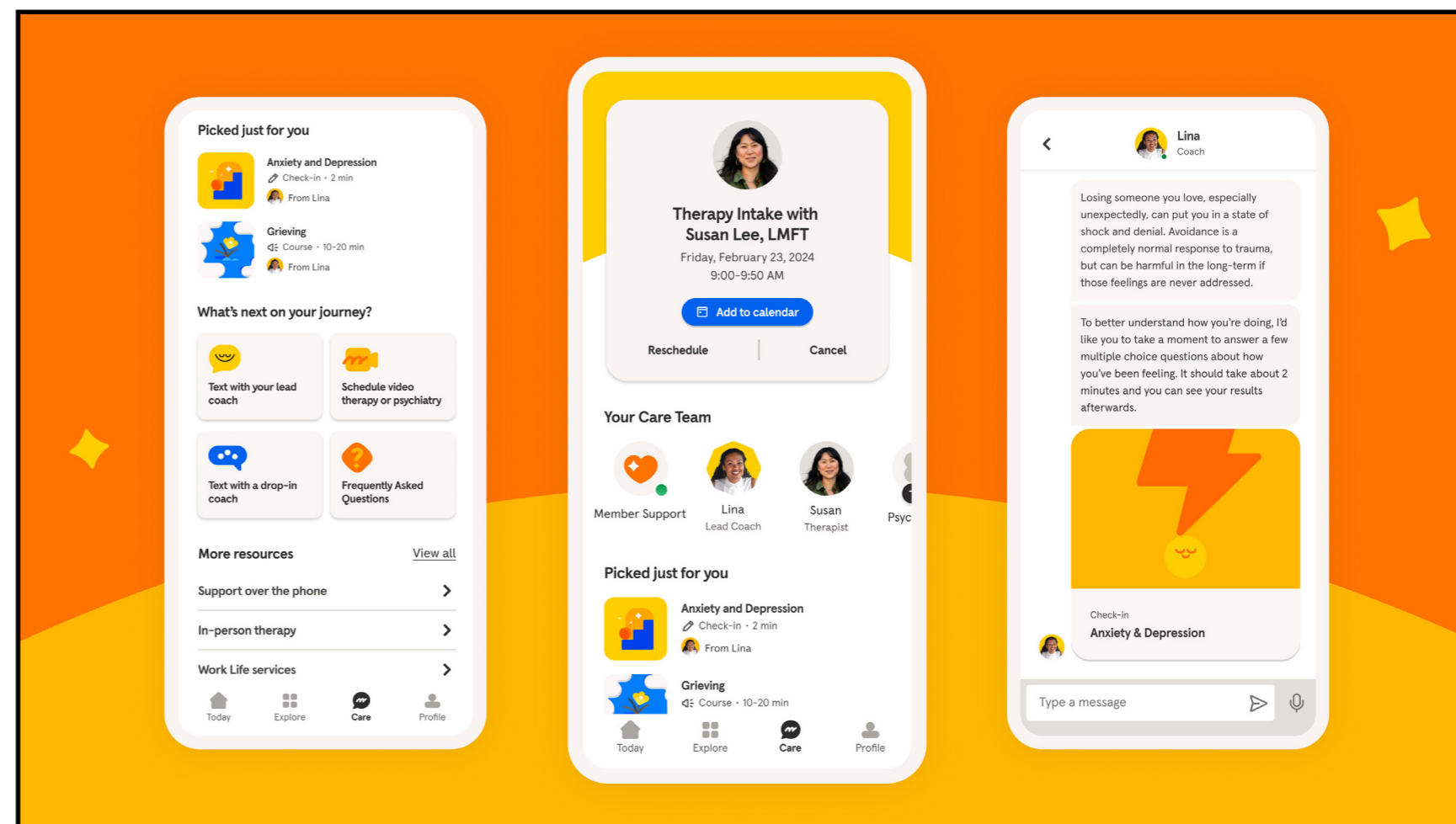
A. Le design émotionnel : concevoir pour ressentir

Le design ne se limite plus à rendre un outil fonctionnel : il construit des expériences capables d'influencer nos émotions à plusieurs niveaux. Donald Norman a montré que cette relation se joue simultanément sur trois plans : le niveau viscéral, qui correspond à l'impression immédiate produite par la forme, la couleur ou la texture ; le niveau comportemental, lié à la qualité d'usage et à la fluidité des interactions ; et le niveau réflexif, qui engage la signification personnelle que l'utilisateur attribue à l'interface. Aaron Walter prolonge cette vision en expliquant qu'une interface peut développer une véritable personnalité : elle peut être chaleureuse, empathique, rassurante ou dynamique, ce qui modifie la manière dont l'utilisateur se sent face à elle.



Extrait du livre «Emotional Design» Donald Norman (2023)

Ces principes apparaissent très clairement dans les applications actuelles. Headspace, par exemple, mise sur des illustrations douces, des couleurs pastel et des animations lentes pour créer une atmosphère apaisante dès les premières secondes. Daylio utilise des icônes simples et arrondies pour réduire la charge émotionnelle et encourager une expression quotidienne sans jugement. Wysa, de son côté, construit une relation de confiance grâce à un chatbot empathique, des couleurs profondes et un rythme de conversation lent, qui reproduisent la sensation d'un soutien calme et stable. Ces choix visuels et interactifs montrent que la conception émotionnelle ne consiste pas seulement à séduire l'utilisateur, mais à créer un environnement dans lequel il se sent suffisamment en sécurité pour explorer son intimité émotionnelle.



Headspace est une application de bien-être mental et de pleine conscience qui propose des méditations guidées, des exercices de relaxation, des ressources pour mieux dormir et gérer le stress ainsi que des outils quotidiens pour améliorer ton calme, ta concentration et ta santé mentale globale.

B. Design inclusif et empathique : concevoir pour la diversité émotionnelle

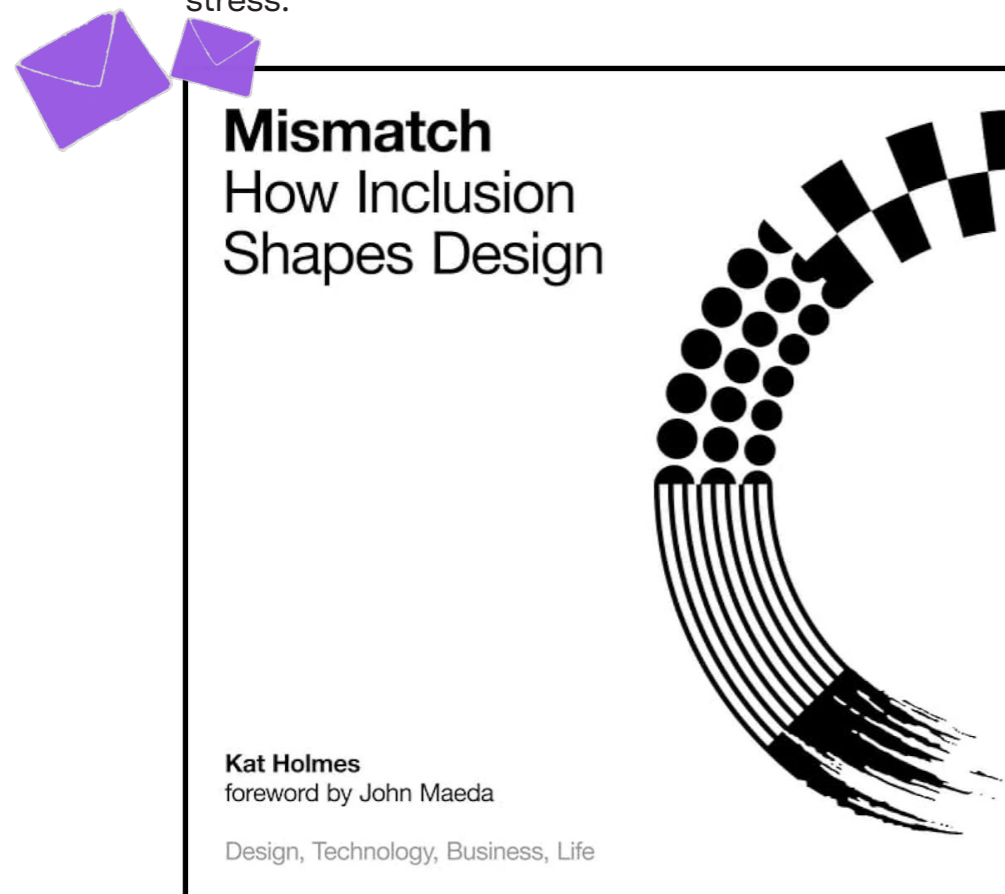
Le design inclusif vise à créer des interfaces capables de s'adapter à la diversité des utilisateurs, non seulement en termes de capacités sensorielles ou cognitives, mais aussi de sensibilités émotionnelles. Kat Holmes rappelle que l'inclusion consiste à penser les outils comme des systèmes modulables, capables de réduire les obstacles plutôt que d'imposer une norme unique. Dans le domaine émotionnel, cela signifie : simplifier les interfaces pour limiter la surcharge cognitive, éviter les stimuli anxiogènes, favoriser le contrôle utilisateur et proposer une présentation visuelle claire et lisible. Sue Walker insiste également sur le rôle de la lisibilité : une typographie appropriée, des contrastes maîtrisés ou une hiérarchie visuelle nette contribuent à réduire le stress.



«Est-ce déjà la fin de l'ère Personae ?» **K-ciopé**

Pour concevoir des interfaces véritablement inclusives, il est essentiel de se sensibiliser à sa cible. L'utilisation de personas représentations fictives mais réalistes des utilisateurs types permet de comprendre leurs besoins, leurs émotions, leurs habitudes et leurs points de douleur. Cette démarche aide à anticiper les réactions émotionnelles et cognitives face à une interface et à adapter le design en conséquence. Par exemple, un persona représentant un utilisateur anxieux pourra guider le choix de couleurs apaisantes, de transitions douces et d'une navigation simple.

On retrouve ces principes dans des outils comme Presently, dont le minimalisme extrême crée un environnement mental dégagé, propice à l'introspection. Aum, application de méditation, joue sur les lumières tamisées, les transitions douces et les couleurs feutrées pour installer une sensation d'espace sécurisant. Stoic, quant à elle, propose une structure inspirée de routines et de rituels, offrant à l'utilisateur une stabilité visuelle et fonctionnelle qui réduit l'incertitude et facilite l'usage quotidien. Ces exemples montrent que l'inclusivité émotionnelle ne consiste pas uniquement à rendre les interfaces accessibles, mais à concevoir des expériences capables d'accueillir et de respecter la diversité des états psychiques, tout en se basant sur une compréhension fine des utilisateurs grâce aux personas.



«Mismatch: How inclusion Shapes» **Kat Holmes**

C. L'interface comme médiateur émotionnel

Une interface peut devenir un véritable espace de transition, au sens donné par Donald Winnicott : un lieu intermédiaire où l'utilisateur peut projeter, explorer et transformer son ressenti sans être confronté directement à ses propres émotions. Dans ce cadre, les micro-interactions jouent un rôle essentiel : un dégradé qui se déploie lentement, une transition douce, une animation respiratoire ou un feedback coloré peuvent accompagner l'utilisateur dans un mouvement d'apaisement ou d'introspection

Les dispositifs expérimentaux comme EmoPaint ou Color Your Emotion illustrent parfaitement cette dimension médiatrice : ils permettent à l'utilisateur de «peindre» son émotion, de la traduire en couleurs ou en textures, sans passer nécessairement par les mots. Les interfaces pédagogiques inspirées du Mood Board de Vice-Versa fonctionnent selon le même principe : elles offrent une médiation visuelle qui aide à reconnaître, nommer ou externaliser un ressenti. Cette capacité à créer un espace intermédiaire rend l'interface particulièrement intéressante dans le champ du soutien émotionnel, car elle accompagne l'utilisateur sans le brusquer et lui permet de prendre de la distance face à ses propres états internes.



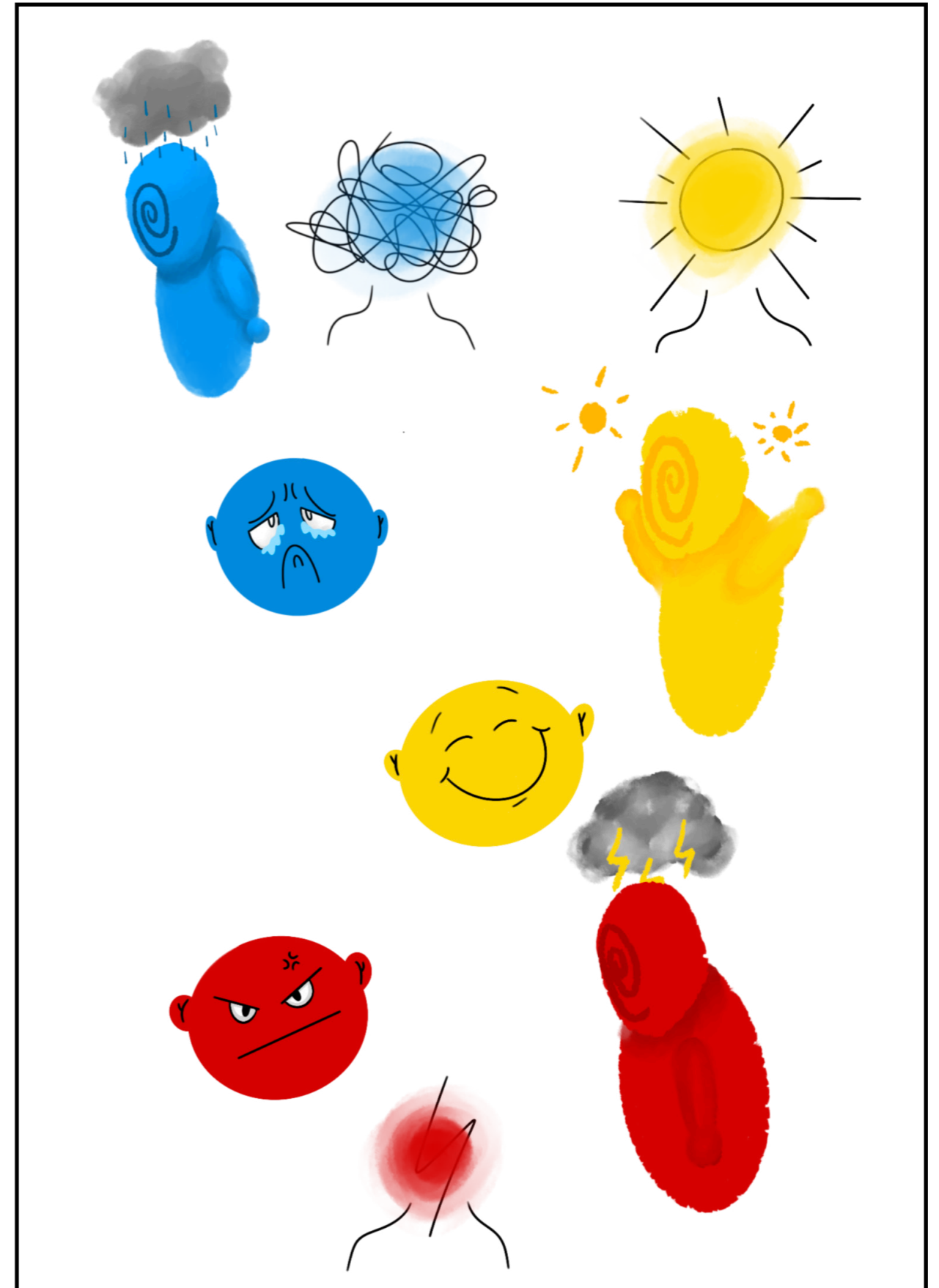
«Jeu et réalité» D.W. Winnicott (2015)



Affiche du film «Vice-Versa» Disney Pixar

EXPERIMENTATIONS

Cette expérimentation s'inscrit dans une démarche de design de l'émotion, où le graphisme agit comme un espace de médiation entre le monde intérieur et sa représentation. L'opposition chromatique entre le bleu, le jaune et le rouge permet d'exprimer des états émotionnels contrastés, allant de la confusion et de la tristesse à la joie, à l'apaisement et à la colère. Les formes bleues, souvent fermées ou abstraites, traduisent des émotions intériorisées et difficiles à verbaliser, tandis que les formes jaunes, ouvertes et rayonnantes, évoquent une émotion stabilisée et communicable. La couleur rouge vient introduire la colère comme une émotion intense et parfois débordante : les formes deviennent plus tendues, fragmentées ou chargées de signes de pression, traduisant une énergie contenue ou en rupture, souvent perçue comme négative mais pourtant essentielle à l'équilibre émotionnel. Cette approche fait écho à la notion d'aire transitionnelle développée par Donald W. Winnicott dans *Jeu et réalité*, où le jeu et la création permettent de transformer l'expérience émotionnelle. Elle dialogue également avec le film *Vice-Versa*, qui utilise des codes visuels simples et symboliques pour rendre les émotions lisibles et montrer leur coexistence. L'expérimentation propose ainsi une narration visuelle sensible, où le design devient un langage permettant de rendre perceptibles des états émotionnels complexes.



ANNEXES



Qu'est ce qu'est un personae

Un persona est une représentation fictive et détaillée d'un utilisateur type, construite à partir de recherches réelles telles que des données démographiques, des comportements observés, des besoins, des objectifs, des motivations et des difficultés rencontrées. Il prend généralement la forme d'un profil narratif (nom, âge, contexte de vie, habitudes, frustrations, attentes) qui permet aux équipes de conception, de marketing ou de développement de mieux se mettre à la place des utilisateurs, d'anticiper leurs usages et de concevoir des produits ou services plus adaptés, cohérents et centrés sur l'expérience utilisateur.



Lucie
32 ans
Auto-entrepreneuse

Personnalité :
Humaine, autonome,
rigoureuse



“ Avoir un accompagnement personnalisé et sécurisé ”

Ressenti global avec le service :

- Bon ressenti (90% de satisfaction client)
- Qualité

Ce qu'elle attend d'une application bancaire :

- Sécurité
- Consulter ses comptes rapidement
- Réaliser le paiement et des virement
- Recevoir un premier niveau de conseil pour gérer ses emprunts

Ce qu'elle craint d'une application bancaire :

- Perdre la main sur ses données bancaires
- Faire un "mauvais clic"
- Perdre le contact humain

Trois besoins phares

- Sécurité
- Réactivité, conseil, accompagnement personnalisé
- Clarté, souplesse, adaptabilité

Commentaires

- Disponibilité des informations principales liées à son compte, de manière sécurisée
- Besoin de vérification accrue lors de la réalisation de paiements et virements
- Premier niveau de conseil avant de prendre contact avec son conseiller pour avoir une base de discussion et de compréhension commune

Dépenses principales
Remboursement prêt, paiement fournisseurs

Fréquence de consultation de ses comptes
1 à 2 fois par jours

Maturité digitale
Novice ———— Expert

Equipement privilégié
 



Vice-Versa

Vice-versa est un film d'animation de Pixar qui explore le fonctionnement des émotions à travers l'histoire de Riley, une jeune fille confrontée à un grand changement dans sa vie après un déménagement. Le film se déroule en grande partie dans son esprit, où cinq émotions personnifiées Joie, Tristesse, Peur, Colère et Dégoût travaillent ensemble pour guider ses réactions, ses souvenirs et son comportement. À travers une approche à la fois créative, accessible et émouvante, le film montre l'importance de toutes les émotions, y compris celles perçues comme négatives, et transmet un message fort sur l'équilibre émotionnel, la croissance personnelle et l'acceptation de ses sentiments.

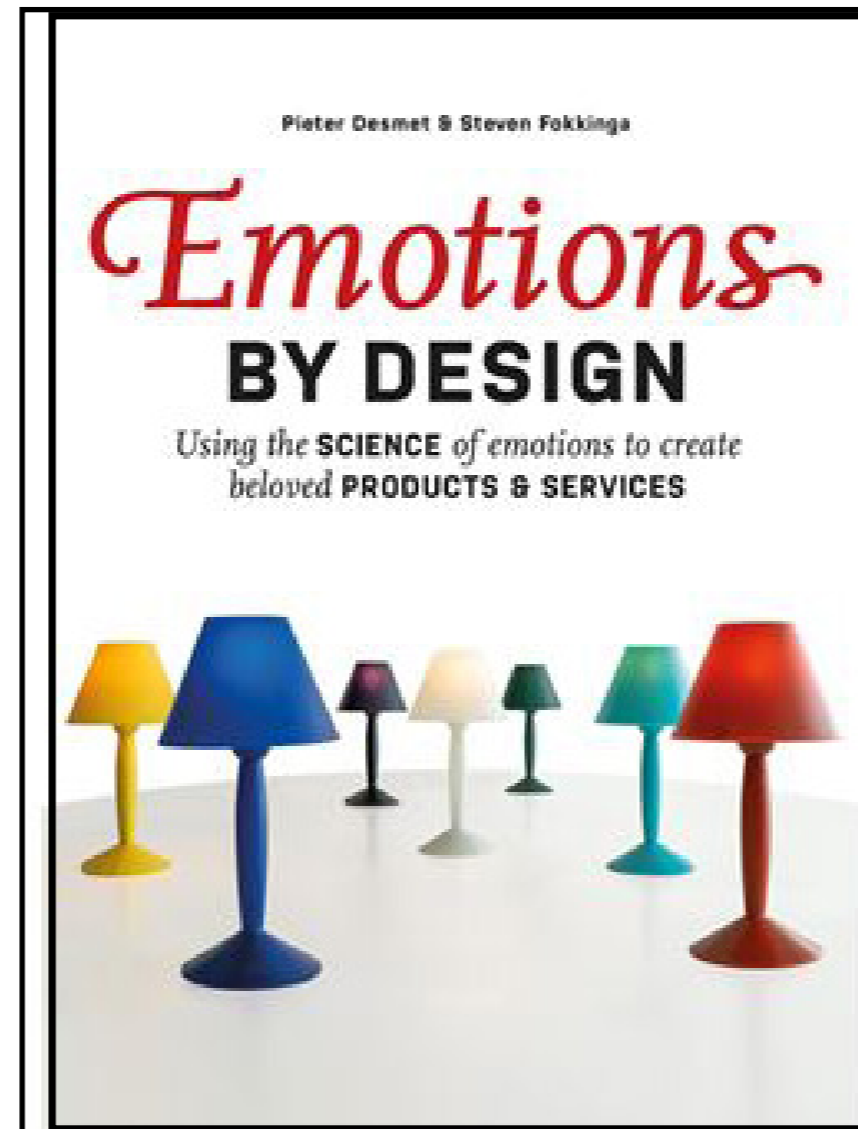
03 Vers un design empathique & thérapeutique

A. Le design du bien-être : quand l'esthétique devient soin

Le design peut contribuer au bien-être lorsqu'il parvient à réduire la charge mentale, apaiser l'attention ou soutenir la régulation émotionnelle. Pieter Desmet et Lucia Rampino ont montré que certaines caractéristiques visuelles comme le minimalisme, la hiérarchie claire ou les animations lentes diminuent significativement le stress. Ces choix esthétiques ne sont pas accessoires : ils influencent directement le rythme respiratoire, la tension musculaire et la concentration.

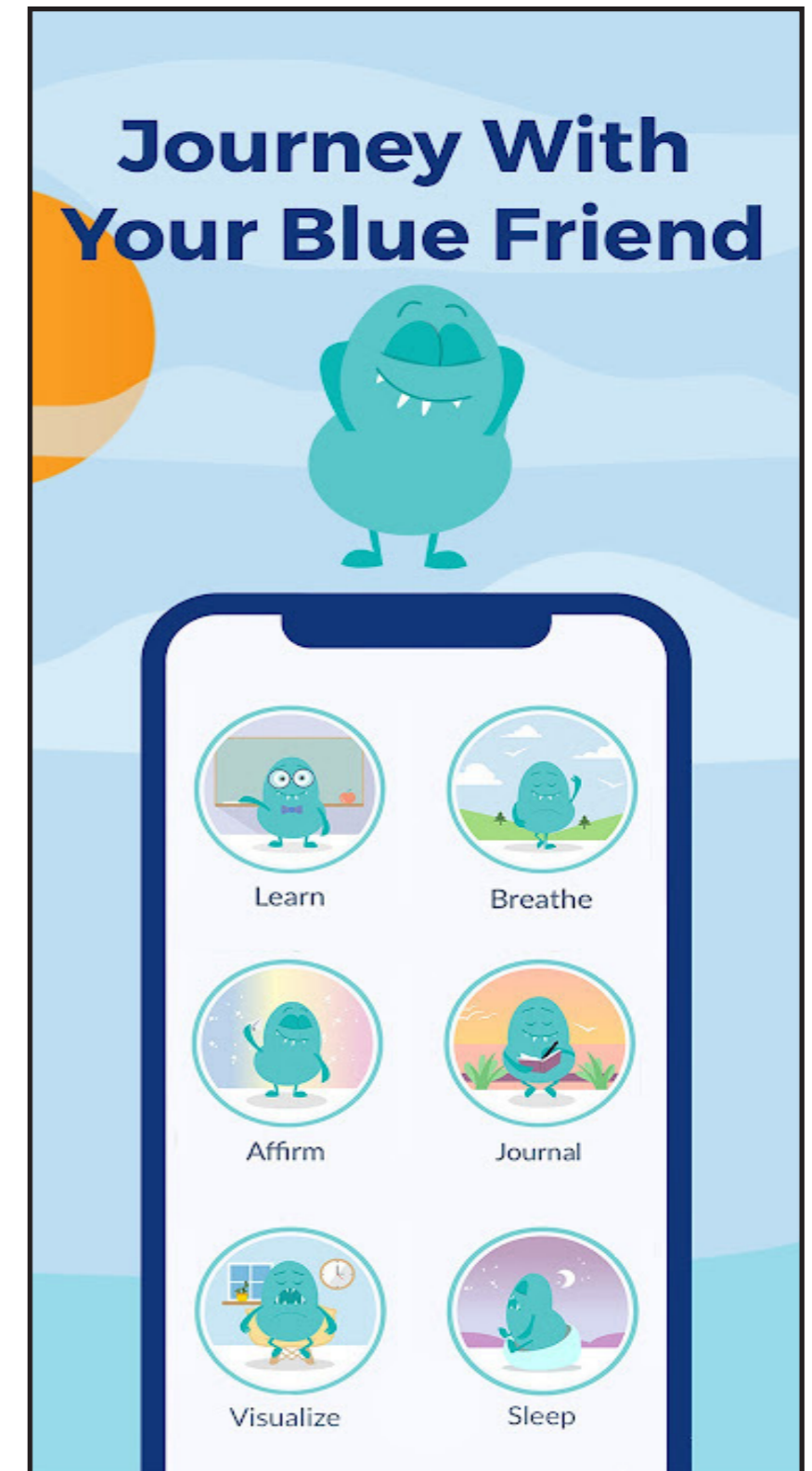


«Dare Forma e senso ai prodotti» **Lucia Rampino (2012)**



«Emotions by Design» **Pieter Desmet & Steven Fokkinga**

Dans cette perspective, Headspace est un exemple emblématique : ses illustrations rondes, ses couleurs douces et son abondance d'espace blanc créent un environnement visuel presque thérapeutique. Les interfaces de respiration, comme celles de Calm ou Rootd, synchronisent les animations avec le souffle pour induire un apaisement immédiat. De plus en plus, les designers explorent des ambiances visuelles capables de soutenir la relaxation, non pas en imitant les codes médicaux, mais en créant des environnements rassurants, enveloppants et accessibles. Le design devient alors un soutien discret mais réel à la régulation émotionnelle quotidienne.



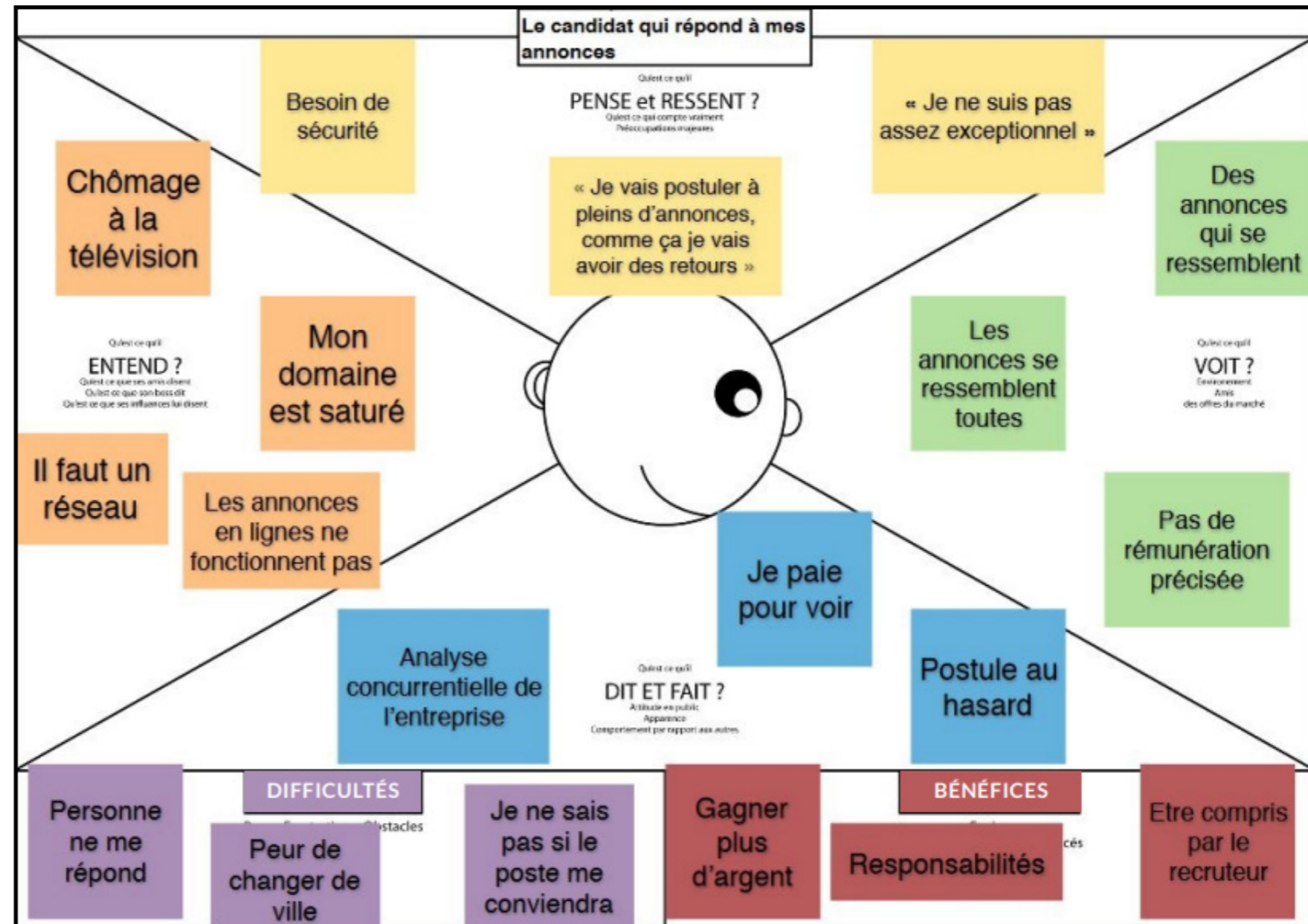
Rootd est une application mobile qui aide à gérer l'anxiété et les crises de panique grâce à des exercices guidés, des outils de respiration et des ressources éducatives pour retrouver le calme et se sentir en sécurité.

B. Enjeux éthiques et limites

Derrière la puissance du design émotionnel se cachent des enjeux éthiques majeurs. Donald Norman et Patrick Jordan rappellent que toute interface capable d'influencer les émotions possède aussi un pouvoir de persuasion. Dans le domaine psychologique, ce pouvoir doit être utilisé avec prudence : l'interface doit éviter toute forme de manipulation, garantir la transparence et respecter la sensibilité de l'utilisateur. Le design émotionnel ne doit jamais chercher à exploiter le stress, la vulnérabilité ou l'empathie pour encourager une utilisation excessive ou dépendante.



«Designing Pleasurable Products»
Patrick W. Jordan



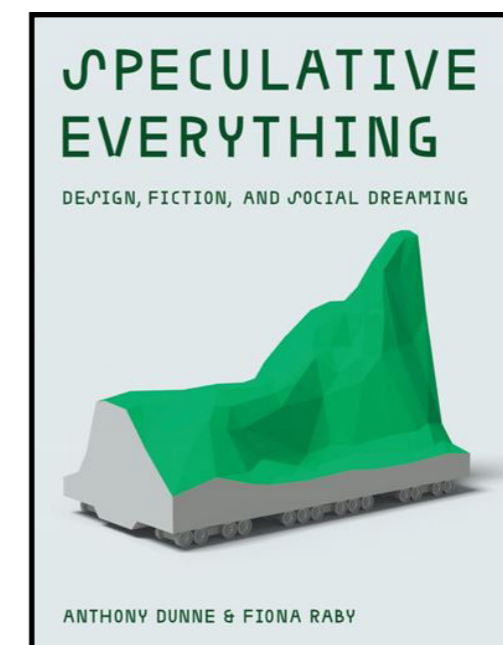
Empathy map * extrait d'une présentation de **Gildas Renault** à KOMZ en 2022

La question des données sensibles est également essentielle. Les applications émotionnelles manipulent des informations intimes : humeurs, habitudes mentales, comportements. Elles doivent offrir une protection renforcée, une clarté sur la finalité des données et un contrôle total à l'utilisateur. Enfin, il est crucial de rappeler que le designer n'est pas un thérapeute : son rôle est de créer un environnement favorable, jamais de poser un diagnostic ou de se substituer à un accompagnement professionnel. L'éthique du design émotionnel repose donc sur la bienveillance, la clarté et le respect de la vulnérabilité.

C. Vers une interface empathique et sensible

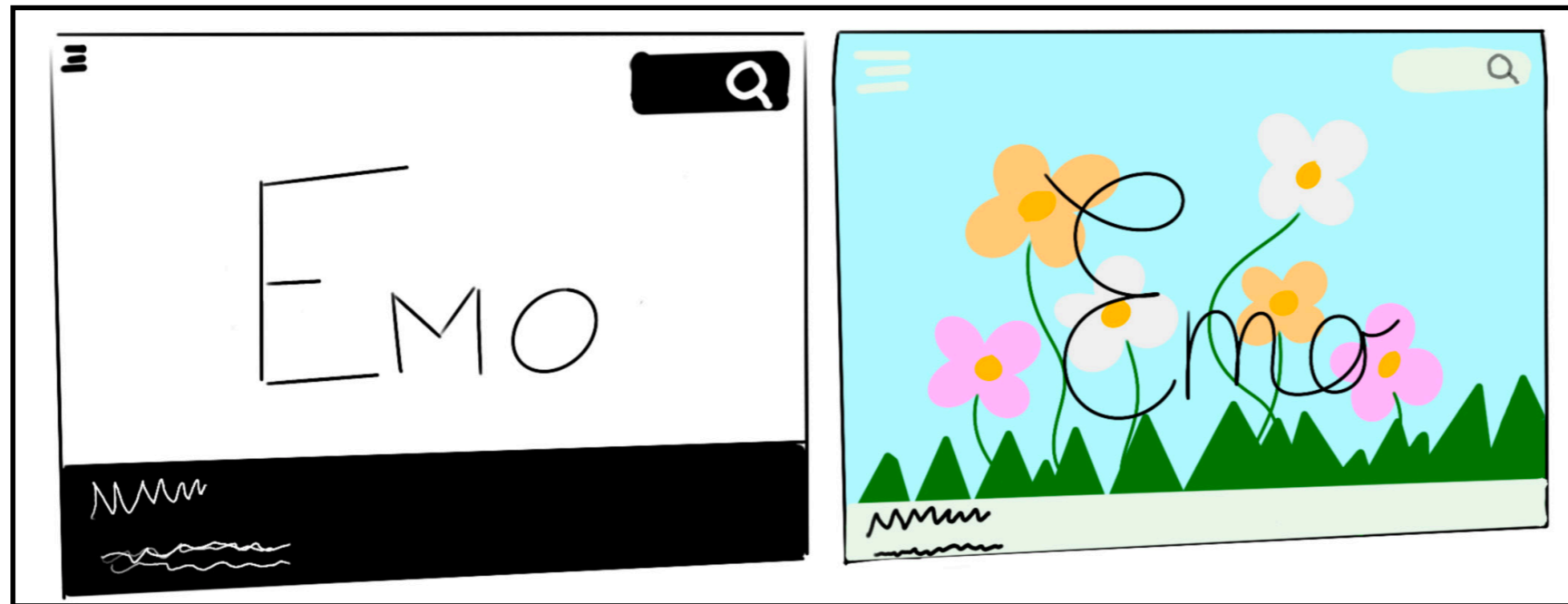
L'évolution du design numérique tend aujourd'hui vers des interfaces capables d'adapter leur apparence, leur rythme et leur tonalité en fonction du contexte émotionnel de l'utilisateur. Inspiré des travaux de Dunne & Raby sur le design spéculatif, ce mouvement imagine des systèmes qui ne cherchent pas à diagnostiquer l'utilisateur, mais plutôt à s'ajuster discrètement pour favoriser le confort émotionnel. Une interface empathique pourrait ainsi moduler la luminosité, la couleur, la typographie ou la densité visuelle selon les besoins, créant un environnement plus doux lorsque l'utilisateur semble stressé, ou plus stimulant lorsqu'il a besoin d'énergie.

Des études récentes montrent que de petites variations visuelles suffisent parfois à apaiser un état de tension : un gradient plus doux, un changement subtil de température colorée ou un ralentissement des animations peuvent réduire le stress perceptible. Cette approche ne vise pas à fabriquer un outil "thérapeutique", mais à proposer un design attentif, respectueux et sensible. L'interface devient alors un compagnon discret, capable d'accompagner l'utilisateur dans son quotidien sans jamais imposer un rythme ou une interprétation.



«Speculative Everything»
Anthony Dunne et Fiona Raby

EXPERIMENTATIONS



Cette expérimentation explore l'influence du traitement visuel sur la perception émotionnelle d'une interface, à fonctionnalité égale. Une même idée d'interface dédiée à l'expression des émotions est déclinée en plusieurs versions graphiques distinctes, allant d'un style minimal et neutre à des propositions plus illustratives, abstraites ou expressives. Seuls les choix esthétiques couleurs, formes, textures et images varient, tandis que la structure générale reste similaire.

L'objectif est d'observer comment ces directions visuelles modifient le ressenti de l'utilisateur : sentiment de calme, de distance, de sécurité ou au contraire de stimulation et de reconnaissance émotionnelle. Cette expérimentation met en évidence que le design d'interface n'est jamais neutre et que l'esthétique joue un rôle central dans la médiation émotionnelle, en influençant la manière dont l'utilisateur perçoit, interprète et engage ses propres émotions face à l'interface.



Les résultats montrent que le traitement visuel influence fortement le ressenti émotionnel de l'interface : les versions minimalistes sont perçues comme calmes et neutres, mais parfois trop distantes pour favoriser l'engagement, tandis que les interfaces douces et illustratives inspirent davantage de sécurité et de bienveillance, au risque d'être jugées moins sérieuses. Les propositions plus abstraites ou expressives captent davantage l'attention et donnent le sentiment que l'émotion est reconnue visuellement, mais peuvent aussi générer une surcharge ou une tension émotionnelle. Cette expérimentation met ainsi en évidence la nécessité de trouver un juste équilibre entre sobriété et expressivité afin de créer une médiation émotionnelle à la fois rassurante et signifiante pour l'utilisateur.

CONCLUSION

Le design d'interface constitue un médiateur essentiel entre perception émotionnelle et soutien psychologique. En mobilisant les connaissances liées à la couleur, la perception, l'UX, l'inclusivité et le design émotionnel, il devient possible de créer des environnements numériques favorisant l'expression, la compréhension et la régulation des émotions.

Ce mémoire ouvre sur un projet appliqué : concevoir une interface sensible, accessible et empathique permettant à chacun de mieux comprendre ses émotions. L'objectif est de montrer qu'un design bien pensé peut devenir un soutien quotidien, respectueux et bienveillant, sans jamais se substituer à l'accompagnement thérapeutique.