

# 手工『小豆子』拼出解压社交新趋势

『豆豆风暴』在通城年轻人中兴起,多款套餐年售8000余份

“被拼豆支配了一下午”“不知不觉拼了4个小时”……在社交平台上,类似的感叹正成为年轻人热议的话题。这项解压的像素艺术——拼豆,凭借其低成本、高自由度的创作模式,悄然在通城年轻人中掀起一场“豆豆风暴”。

从商场里的DIY工坊到小红书的热门话题,从钥匙扣到装饰画,年轻人用五彩斑斓的迷你豆子拼出个性,也拼出了情绪价值。记者走访发现,拼豆不仅是一种解压新方式,更衍生出社交、创业等新消费趋势。



## 像素风表达, 随时随地可创作

昨天,在南大街一家手工坊内,20岁的大学生林云逸正对照着图纸,专注地将米粒大小的豆子嵌入底板:“我想照着家里狗狗的模样,拼一只柴犬挂件。”她轻巧地夹起一颗黄色豆子,精准地放入底板的方格中。半小时后,一只像素风格的柴犬逐渐成形,经过电熨斗热压定型后,变成了一个可随身携带的钥匙扣。

“‘拼豆’其实是就是用塑料粒作画,操作门槛低。一块底板、一把熨斗,就能尽情发挥想象进行创作。”中南世纪城一家手工集合店店主宋丹丹介绍,顾客只需拿起镊子,把五彩斑斓、材质多样的迷你豆子“嵌”进打孔底板里,就能顺利用像素点阵叠出喜欢的图案。她展示了一幅自己拼制的马里奥装饰画:黄色、绿色、白色、棕色的豆子层层叠加,还原了游戏中的经典场景。“拼豆的魅力在于‘像素化’的表达,年轻人喜欢将游戏角色、动漫IP、宠物照片等转成像素图来拼。”

同时,拼豆这种“碎片化创作”模式也恰好顺应了都市年轻人的生活节奏。在国企工作的市民刘宇告诉记者,她常利用下班时间来工坊拼豆:“操作很简单,拼个小挂件刚好放松大脑。”线上平台的数据更直观:团购平台上,我市多个DIY工坊纷纷推出低至15元/小时的拼豆套餐,多款套餐年售8000余份;在小红书平台,拼豆话题已有18.3亿浏览量,超700万条讨论,用户分享的创作教程、成品展示层出不穷。

拼豆还意外契合了“冷消费”的需求。“外面太热不想逛,来店里拼会儿豆,吹着空调聊聊天,比奶茶店更有意思。”宋丹丹说,入夏后店里的客流量比平时多了三成,为了应对越来越多的拼豆“大军”,她还对店内的陈设及时做出了调整——扩增了拼豆的桌位、丰富了拼豆的色号、添置了专业的熨烫设备。“店里现在有200多种色号的豆子可供选择,每天仅拼豆一项的销售额就超1000元。”

## 情绪化产物, 解压又有成就感

“想亲手做个钥匙扣送朋友,整个过程安安静静,特别舒服。”昨天,在南通CBD大有境一家DIY手工体验馆里,市民陶洁和闺蜜陈静正对着底板上的“蜡笔小新”图案细细调整。两人偶然间在网上刷到123元/两人的拼豆团购套餐,“套餐不限时长,



觉得新鲜就来尝试了,没承想一坐就是一下午”。

同样是花几十元,为何年轻人更愿选择手作一个拼豆钥匙扣而非直接购买成品?采访中,拼豆带来的“体验感”和“情绪价值”成了高频词。

“比起买现成的,自己拼出来的东西更有意义,就像完成了一个专属小任务。”大学生陈雨举着刚做好的“皮卡丘”动漫挂件,眼里满是成就感。她坦言,每次拼豆都要耗费数百颗豆子、耗时一小时以上,一旦选错颜色或者排列错格,就得推翻重来,但这种“慢工出细活”的过程恰恰成了对抗快节奏学业的“解压良药”。

南通一家DIY手工体验馆店主王海燕对此深有体会。她告诉记者,拼豆既能做成磁铁贴、钥匙扣、挂件、装饰画等日常小物,也能做成“立体拼豆”,能装小物件的收纳盒、带场景的小手办,让创意有了无限可能。比起动辄上百元的明星周边、手办,亲手打造的拼豆手工品堪称“平价快乐源泉”。“目前,店里顾客以学生群体为主,大部分是网上‘种草’来的,他们不仅追求手工的乐趣,更看重过程中的情绪释放。有个顾客空了就来玩,说只有拼豆的时候能彻底静下心来,‘那几个小时,只属于自己’。”

这种“沉浸式解压”体验让拼豆成为年轻人对抗压力的新方式。专家指出,拼豆的重复性动作能激活大脑的奖赏机制,同时,完成作品后的视觉反馈会强化自我效能感,尤其对高压人群效果显著。

## 烫豆有风险, 健康风险需警惕

然而,拼豆的流行也伴随着隐忧。在南通多家线下DIY工坊里,记者注意到,电熨斗热压环节通常由店员操作完成。

“这是因为对于新手而言,自行烫豆容易导致烫伤。”王海燕介

绍,“电熨斗温度通常在150℃~180℃,虽然有隔热手柄,但新手注意力全在图案上,容易碰到熨斗底板。”她提醒,烫豆时一定要用店家提供的专用熨烫纸,避免豆子直接接触熨斗,同时控制好温度和时间,一般烫10秒~15秒即可。

“第一次烫的时候没掌握好温度,豆子熔得太厉害,作品烫毁了,还闻到一股塑料味。”市民曲女士是一名手工爱好者,据她回忆,之前拼豆时因电熨斗温度过高,部分拼豆熔化后粘在烫纸上,散发出轻微的刺鼻气味,“后来查了才知道,劣质拼豆高温下可能释放有害物质”。

别看一颗豆子很小,但目前市面上销售的拼豆质量却天差地别,同时,因为尚未形成相应规范,消费者购买时需要自行区分商家所选用的不同材质。宋丹丹说,拼豆主要分“融合豆”和俗称的“义乌豆”——前者大小均匀、熔点一致,熨烫后能完美融合,实现“无孔”的细腻效果;后者则常因大小不一、熔点参差不齐,导致成品边缘毛躁,甚至熨烫时“糊成一团”。她解释:“不是说义乌产的豆子都不好,只是‘义乌豆’成了劣质豆的统称,新手踩坑很常见,建议先从性价比比较高的少量融合豆试手。”

此外,拼豆过程中长时间低头、用镊子夹取细小颗粒,也可能引发颈椎不适和眼部疲劳。医生建议,手工爱好者应注意劳逸结合,保持正确坐姿,避免因长时间专注手工导致身体劳损。对于家长带孩子体验拼豆的情况,要避免孩子误食细小的拼豆颗粒,同时选择正规店家的优质拼豆,减少有害物质的接触风险。

本报记者陆薇 王颖 卢兆欣

# 更俗 剧院

热映电影

动画《浪浪山小妖怪》  
宋佳、佟丽娅主演《轻于鸿毛》  
刘昊然、王传君主演《南京照相馆》  
成龙、张子枫、梁家辉主演《捕风追影》

演出信息



9月20日19:30、9月21日14:30——无言喜剧《乱打神厨秀》(广告)  
10月5日15:30——意大利亲子互动默剧《受惊吓的面包师》

扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。  
更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>  
售票热线:85512832 服务监督:85528668