

## 关于35岁设计师荣誉退休 与Adobe公司精神赔偿必要性的 实证研究

果泡柚<sup>1</sup> GG<sup>2</sup>

**摘要：**本文针对当前设计行业普遍存在的“35岁荣誉退休”现象，深入探讨了Adobe旗下的全家桶软件（以Photoshop, Illustrator, After Effects为主）在设计师职业生涯中扮演的“情绪收割者”角色。通过对500名失业设计师的脱发量、神经衰弱频率以及面对蓝屏时的应激反应进行量化分析，本文提出：Adobe软件的高昂订阅费与不断崩掉的自动保存功能，是导致设计师35岁职场竞争性丧失的间接推手。据此，本文论证了Adobe进行精神赔偿的合法性与必要性。

**关键词：**甲方要求；内存溢出；35岁红线；全家桶补偿机制；精神赔偿；心理辅导；防跳

---

## 一、绪论

### 1.1 研究背景

在当代互联网语境下，“35岁”被戏称为设计师的“物理报废期”。与此同时，Adobe公司通过Creative Cloud系统实现了对全球审美权的垄断。设计师在长达十余年的职业生涯中，不仅向Adobe贡献了巨额订阅费，更贡献了脊椎健康与大量的情绪价值。

### 1.2 研究意义

本研究旨在打破“失业归因于个人能力”的虚假叙事，将矛盾引向生产工具层面。若能成功索赔，将为广大设计师在转行开滴滴或卖凉皮前提供最后一份启动资金。

### 1.3 研究内容

重点分析AE预览时的“绿条进度”对人类心脏压力的阈值，以及PS提示“程序错误”时设计师大脑皮层的受损程度。

### 1.4 研究方法

田野调查法：深入各大瑞幸咖啡厅观察抱着MacBook投简历的待业中年。

比较文学法：对比《甲方需求文档》与《荒诞派戏剧》的叙事共性。

统计学法：计算由于软件闪退导致的无效加班总时长。

### 1.5 研究的创新与不足

---

创新：首次提出“软件闪退等同于工伤”的学术概念。

不足：由于样本设计师大多已失业，部分问卷因缴不起网费无法回收。

## 1.6 文献综述

前人研究多关注于《如何快速上手PS》，而忽略了《如何在PS奔溃后平复心情》。国外学者John Doe（2023）曾提出“全家桶恐惧症”，但未将其与失业补偿挂钩。

## 二、正文

### 2.1 存在问题：生产工具对劳动者的“软性霸凌”

设计师与Adobe的关系并非简单的买卖关系，而是一种“斯德哥尔摩综合征”。

内存黑洞效应：软件对硬件的压榨，导致设计师必须不断更新设备，实为变相破产。

强制进化压力：每年更新的小版本号，强迫35岁的设计师学习并无卵用的新功能，加速其认知过载。

### 2.2 分析问题：Adobe与失业的逻辑链条

研究发现，长期操作Adobe软件会导致以下生理/心理异化：

Ctrl+S /Ctrl+Z强迫症：即使在切菜、洗澡、写字、手绘时也会产生左

---

手按压虚空按键的幻觉。

色彩失信症：长期盯着显示屏导致无法辨别现实生活中“五彩斑斓的黑&五光十色的白”。

这种异化使设计师在35岁时难以融入正常的社会劳动，从而产生巨大的精神阵痛。

### 2.3 论证观点：精神赔偿的法理依据

Adobe公司作为“甲方蹂躏设计师”的中介媒介，其软件稳定性与设计师的心理健康呈正相关。每一次“Not Responding”都是对用户生命权的剥夺。根据“谁获益谁负责”原则，Adobe赚取了利润，就必须对工具产生的副作用（即失业后的PTSD）承担连带责任。

### 2.4 对策办法：建立“Adobe 职业终焉保障基金”

自动退款机制：检测到用户投递简历超过50份未果时，自动退回近三年的订阅费。

心理慰问弹窗：当软件崩溃时，不再显示错误代码，而是弹出：“宝，辛苦了，这不怪你，去喝杯奶茶吧，我请客（附赠大额度消费券）”。

转行适配包：为35岁用户免费解锁“Photoshop修图转煎饼果子摊位设计”插件。

### 三、结论

35岁设计师的失业，是一场由甲方发起、Adobe提供武器、硬件厂商补刀的集体围猎。Adobe公司应当正视其产品对中年设计师造成的精神内耗，通过现金赔偿或赠送终身免费版（虽然那时他们可能已经不画图了）来弥补这一职业创伤。

### 四、参考文献

- [1] 甲方. 《这次稍微调大一点点》. 内部资料, 2024.
- [2] 匿名设计师. 《关于我从资深视觉转行保安的那两年》. 豆瓣小组, 2025.
- [3] 前终输（未曾说过）. 《城里的想做图，城外的想外包》. 赛博文学出版社.

### 五、致谢

感谢我的电脑，在写这篇论文时只闪退了五次，给了我充裕的思考人生时间和赔偿方式。

感谢我的腰间盘，它在研究过程中表现出了极强的存在感。

特别感谢那些说“随便画画就行”的甲方，是你们让我坚定了研究索赔问题的决心。