

# 疗愈经济实践与创新路径研究

## —— 以菲律宾高校为例

宋一凡

曼努埃尔·L·奎松大学，研究生学院，菲律宾 奎松市 999005-1103

DOI:10.61369/EST.2025060018

**摘要：**现代社会快节奏与高压力背景下，以满足心理情感需求为核心的疗愈经济成为全球新兴经济模式。本研究聚焦菲律宾高校疗愈经济，通过文献研究法梳理理论脉络，问卷调查法（发放问卷 1200 份，回收有效问卷 986 份）收集师生认知与参与数据，结合 3 所代表性高校案例分析及 44 人次访谈（管理者 6 人、从业者 12 人、师生 24 人、专家 2 人），剖析其发展现状。结果显示：菲律宾高校疗愈经济已形成多元服务形态，但存在服务标准化缺失、专业人才短缺、市场推广不足及资金匮乏等问题。建议通过建立服务标准体系、加强跨学科人才培养、创新推广路径及拓宽资金渠道，推动其健康发展，为师生身心健康与社会疗愈需求提供支撑。

**关键词：**菲律宾；疗愈经济；心理咨询；本土化

## Research on Practices and Innovative Pathways of the Wellness Economy: A Case Study of Higher Education Institutions in the Philippines

Song Yifan

Manuel L. Quezon University, School of Graduate Studies, Quezon City, Philippines 999005-1103

**Abstract :** In the context of the fast-paced and high-stress modern society, the wellness economy—centered on addressing psychological and emotional needs—has emerged as a burgeoning global economic model. This study focuses on the wellness economy within higher education institutions in the Philippines. Through literature review to outline theoretical frameworks, a questionnaire survey (1,200 distributed, 986 valid responses collected) to gather data on faculty and student awareness and participation, and case analyses of three representative universities supplemented by 44 interviews (6 administrators, 12 practitioners, 24 faculty/students, and 2 experts), the study examines its current developmental status. Findings indicate that the wellness economy in Philippine universities has diversified service offerings but faces challenges such as lack of service standardization, shortage of specialized professionals, insufficient market promotion, and funding constraints. Recommendations include establishing service standards, fostering interdisciplinary talent development, innovating promotion strategies, and diversifying funding sources to support sustainable growth, thereby enhancing the well-being of academic communities and addressing societal wellness needs.

**Keywords :** Philippines; wellness economy; psychological counseling; localization

## 引言

### （一）研究背景

全球化进程中，学业竞争、职业压力与生活节奏加快等因素，加剧社会群体身心负担。世界卫生组织（WHO）2023 年报告指出，全球约 1/8 人口受焦虑、抑郁困扰，心理健康服务需求持续攀升<sup>[1]</sup>。在此背景下，以心理咨询、冥想训练、自然疗愈为核心的疗愈经济成为兼具社会价值与经济潜力的新兴领域。

在菲律宾，社会对心理健康的重视度逐步提升，菲律宾政府制定了《心理健康法》（Republic Act No. 11036），高校作为师生集聚地，开始探索疗愈经济校园实践。目前，马尼拉大学、宿务大学等多所高校已设立心理咨询中心、开设冥想课程，部分艺术类高校还开展艺术疗愈活动，但整体发展仍处于探索阶段，尚未形成成熟模式。

作者简介：宋一凡（1993.12-），女，汉族，山东东营人，博士研究生在读，从事应用心理学研究。

## (二) 研究方法

文献研究法：通过中国知网、Web of Science 及菲律宾高等教育委员会（CHED）数据库，收集疗愈经济、高校心理健康相关学术论文、政策文件，梳理理论基础与研究现状；问卷调查法：设计“认知—需求—参与—满意度”四维问卷，选取菲律宾 6 所不同类型高校（公立 4 所、私立 2 所）师生为对象，分层随机抽样发放，用 SPSS 26.0 做描述性统计与交叉分析；案例分析法：选取 A 大学（侧重心理咨询）、B 大学（侧重冥想训练）、C 大学（侧重艺术疗愈），通过实地走访、查阅年度报告，分析服务模式与挑战；访谈法：围绕“服务运营”“人才培养”“资金需求”访谈相关人员，获取一手质性资料。

# 一、疗愈经济的概念与理论基础

## (一) 疗愈经济的定义与内涵

疗愈经济是以满足个体心理情感需求为核心，通过服务、产品或体验帮助缓解压力、调节情绪、恢复身心平衡，实现经济与社会价值统一的经济形态<sup>[2]</sup>。与传统医疗侧重生理健康不同，其内涵集中在四方面：一是关注个体的内心感受和情感需求，强调从心理和情感层面给予人们关怀和支持；二是提供多样化的疗愈方式，如心理咨询、冥想、瑜伽、艺术疗愈、芳香疗法等，满足不同人群的个性化需求；三是注重体验式消费，通过营造特定的环境和氛围，让消费者在参与疗愈活动的过程中获得身心的放松和愉悦；四是强调人与环境的和谐共生，将自然元素融入疗愈过程，如森林疗愈等，借助自然的力量促进身心健康。

## (二) 疗愈经济的相关理论

1. 心理学理论。疗愈经济与心理学的多个理论密切相关。精神分析理论强调潜意识对个体行为和心理的影响，通过心理治疗帮助个体挖掘潜意识中的冲突和问题，实现心理的疗愈；认知行为理论认为个体的情绪和行为是由认知决定的，通过改变不合理认知模式，调整情绪和行为，达到疗愈的目的；人本主义理论强调个体的自我实现和内在价值，关注个体的情感体验和需求，为疗愈经济提供了以个体为中心的服务理念。2. 社会学理论。社会支持理论认为社会关系网络对个体的身心健康具有重要影响，良好的社会支持可以帮助个体应对压力和困难，促进心理的健康。社会支持理论为高校团体疗愈、互助小组提供依据，通过良好人际互动帮助师生应对压力；社会角色理论帮助个体调整校园角色（学生、教师）认知，缓解角色冲突引发的心理压力<sup>[3]</sup>。3. 经济学理论。从经济学角度来看，疗愈经济是满足消费者需求的一种经济形态。随着人们生活水平的提高，对心理健康和情感满足的需求逐渐增加，形成了疗愈经济的市场需求。供给需求理论主导疗愈市场运行，随心理健康需求增长，服务供给不断丰富；消费者行为理论帮助服务提供者优化设计，研究消费者在疗愈经济市场中的行为决策过程，制定营销策略。

# 二、菲律宾高校疗愈经济的发展现状

## (一) 市场规模的增长趋势

菲律宾高校疗愈经济市场规模稳步扩大。供给端：2020—2024 年，公立高校疗愈设施经费年均增长 18%，私立高校达 22%，2024 年心理咨询师数量较 2020 年增长 42%。需求端：近五年师生人均年消费支出从 850 比索增至 1560 比索（年均增

16.8%），参与人数占比从 32% 升至 48%，定期参与（月均 1 次以上）比例从 12% 升至 25%。预计未来三年，市场规模年均增速将保持 18%—20%。

## (二) 服务内容与形式的创新

服务创新集中在三方面：一是多学科技术融合，如马尼拉大学引入“情绪识别系统”，通过面部表情、语音语调监测情绪；奎松市某高校开设传统舞蹈疗愈课程，参与率达 80%。二是线上线下协同，宿务大学“校园疗愈 APP”上线两年注册超 3 万人，日均访问 500 人次，线下同步开展团体辅导与工作坊。三是个性化定制，针对新生设计“校园适应计划”，毕业生推出“就业压力调适方案”，教师群体开发“教学压力管理课程”。

## (三) 与其他产业的融合发展

跨界融合趋势明显：与教育产业融合方面，高校在通识课增设“心理健康教育”，心理学专业开“疗愈经济概论”，2024 年与中小学合作的疗愈研学活动参与超 1.2 万人次。与旅游产业融合方面，碧瑶市某高校开发“森林疗愈研学线路”，2024 年创收超 50 万比索，并与旅行社合作纳入城市旅游线路<sup>[4]</sup>。与文化创意产业融合方面，某高校艺术学院联合手工艺人开发疗愈手工艺品，2024 年销售额 80 万比索，同步推广传统音乐疗愈音频。

# 三、菲律宾高校疗愈经济的实践做法

## 典型案例

### 1.A 大学：心理咨询服务体系

A 大学（公立综合性高校）2018 年设心理健康中心，配 8 名持证咨询师（3 人博士），形成“个体咨询 + 团体辅导 + 危机干预”体系。咨询采用预约制，每次 50 分钟，咨询后建档案跟踪 1—3 个月；团体辅导月均 2—3 场，每场限 15 人；2023 年成功干预 12 起危机案例。每年“心理健康月”活动参与超 3000 人次，满意度 82%。

### 2.B 大学：冥想与正念推广

B 大学（私立高校）2020 年推“正念教育项目”，在图书馆、活动中心设冥想空间（早 7 点至晚 9 点开放），配瑜伽垫与舒缓音乐设备；开“正念冥想”选修课，泰国导师授课，2023—2024 学年选课 480 人，满意度 91%；“正念社团”2024 年有 260 人，年组织活动 120 余场。

### 3.C 大学：艺术疗愈本土化

C 大学（艺术类高校）设“艺术疗愈工作室”，开绘画、音乐、戏剧疗愈课程——绘画以菲律宾传统“巴朗盖”图案为主题，音乐用民族乐器“库林堂”演奏。2023 年为社区开展公益

疗愈服务 800 余人次，2024 年“艺术疗愈成果展”吸引 500 余名社会人士参观。

## 四、发展存在的问题

### (一) 服务质量参差，标准化缺失

一是服务规范不统一：A 大学心理咨询为“评估 - 干预 - 跟踪”流程（50 分钟 / 次），D 大学仅 30 分钟单次沟通无跟踪；仅 32% 师生认为效果“稳定显著”，45% 认为“效果因人而异”。二是设施差距大：马尼拉大学等重点高校有专业冥想室、艺术工作室，满意度 78%；宿务某州立学院用普通教室开展活动，满意度仅 41%。三是监督反馈不足：多数高校无独立监督部门，68% 师生“未被邀请反馈”，25% 反馈后“无回应”。

### (二) 专业人才短缺，能力不足

一是数量不足：国际标准心理咨询师生配比 1:500，菲律宾多数高校仅 1:1200，某高校 2.8 万师生仅配 23 名咨询师（15 人兼教学），学生预约需等 2-3 周。二是背景单一：75% 从业者仅具心理学背景，缺乏经济、艺术等跨学科知识，某高校传统音乐疗愈课程因设计能力不足，参与率 <20%。三是培训与发展滞后：仅 30% 高校提供定期培训，80% 培训聚焦心理学基础；职业晋升模糊，62% 从业者“无发展前景”，年流失率 25%。

### (三) 市场推广不足，影响力弱

一是校内宣传窄：依赖公告栏、微信群，40% 学生“未听说疗愈服务”，35% 教师“偶尔了解”；某高校艺术疗愈工作坊仅在艺术学院宣传，参与率不足 50%。二是校外推广缺：仅 12% 高校通过媒体、论坛宣传，优质资源难转化，社会认可度低<sup>[1]</sup>。三是品牌同质化：78% 师生认为“各高校服务差别不大”，无特色标签，缺乏竞争力。

### (四) 资金支持不足，制约发展

一是投入少：高校疗愈经费占预算 < 3%，某地方高校年经费仅 20 万比索。二是社会资本难引入：仅 8% 高校获企业赞助（单次 < 10 万比索），企业多提广告要求，某企业赞助冥想室需贴 LOGO 遭拒。三是资金效率低：65% 经费投硬件，20% 用于服务创新，15% 用于培训；某高校 15 万比索购情绪监测仪，年均使用 < 10 次。

## 五、解决方案

### (一) 建立标准化服务体系

一是制定规范：由 CHED 牵头出台《菲律宾高校疗愈服务质量规范》，明确咨询时长 ≥ 45 分钟、冥想课程需持证导师；建

立“满意度 + 效果跟踪 + 第三方评估”体系，评估优秀高校获 10%-15% 经费奖励。二是优化设施：推动重点高校开放设施，3 年内 80% 高校具备基础设施，满意度 ≥ 70%。三是完善监督：高校设“疗愈服务监督委员会”（校外专家占 30%），月抽查、学期公示；建线上线下反馈渠道，7 日内响应、30 日内解决问题。

### (二) 加强专业人才建设

一是扩大供给：高校与师范院校合作开“高校疗愈服务”选修课，年培养 ≥ 500 人；提高薪资（较同级别高 15%-20%），5 年内配比优化至 1:800。二是强化培训：成立“疗愈人才培训联盟”，年开展 4 次跨领域培训（每次 16 小时），推行“导师制”提升实操能力。三是完善发展通道：将服务创新、满意度纳入绩效评定，设“突出贡献奖”（最高 5 万比索 + 出国学习），年流失率控制在 10% 以内。

### (三) 加大市场推广

一是校内宣传创新：线上用校园官网、YouTube/TikTok 发案例与预告（周更 ≥ 2 条），线下设互动区；培训 100-200 名学生宣传员，1 年内认知率 ≥ 90%。二是校外合作：年办“高校疗愈经济论坛”“成果展”，与企业、社区开展公益活动，3 年内 60% 民众知晓高校疗愈价值。三是打造特色品牌：艺术类高校推“文化艺术疗愈”，农业类推“自然疗愈”，理工科推“智能疗愈”，形成差异化竞争力。

### (四) 拓宽资金渠道

一是多元筹资：推动将疗愈经济纳入高校教育发展规划，设立“高校疗愈经济发展专项基金”；高校探索“公益 + 盈利”模式（线上课程收费、开发周边）；简化社会资本引入，明确资助规则。二是优化分配：制定经费管理办法，按硬件 40%、服务创新 35%、培训 25% 分配；建立“事前论证 - 事中监控 - 事后审计”机制，提升 30% 资金效率。三是效益评估：第三方从经济、社会、教育效益评估投入产出，结果用于资金分配与项目调整，确保每一笔资金都能发挥最大效用。

## 六、结论

菲律宾高校疗愈经济已形成多元服务形态，市场规模稳步增长，但面临服务标准化缺失、人才短缺、推广不足及资金匮乏等问题。通过建立服务标准、加强人才建设、创新推广及拓宽资金渠道，可推动其健康发展。未来需结合菲律宾本土文化与技术创新，强化疗愈服务的教育与社会价值，为师生提供心理健康保障，同时为其他发展中国家高校提供参考。后续可进一步探索区域发展模式差异，丰富全球高校疗愈经济研究。

## 参考文献

- [1] 沈明龙. 自然疗愈在大学生心理健康教育中的应用 [J]. 大众心理学, 2024, (11): 10-11.
- [2] 马文喆. 加强高校心理健康教育工作体系建设 [N]. 新华日报, 2025-02-11 (011).
- [3] 郭晓霞. 高校心理育人现状调查及影响因素探析 [J]. 现代职业教育, 2024, (09): 5-8.
- [4] 韩湘瑜. 高校心理咨询专业化队伍建设的现状及发展建议探析 [J]. 缙化学院学报, 2024, 44 (03): 136-137.
- [5] 李文丽. “三论”在后疫情时代菲律宾高等教育中的应用——以永恒大学教育管理学为例 [J]. 牡丹江教育学院学报, 2022, (04): 49-51.