

# 有关“心灵”领域的空间设计

方崇立

广州城建职业学院, 广东 广州 510900

DOI:10.61369/ADA.2025020009

**摘 要：** 精神疾病成为阻碍社会发展和人们健康生活方式的沉重包袱；发展精神理疗机构势在必行。后疫时代，休闲娱乐业发展更是举步维艰；引导它们良性发展、健康向上发展很有必要；让精神理疗与娱乐休闲、心里教育相结合；我们大胆提出“心灵净化空间”设计创想，在负起社会责任的同时，实现双赢！

**关 键 词：** 心里健康；精神理疗；心灵空间；休闲娱乐空间；寓教于乐

## Space Design in the Field of Spirituality

Fang Chongli

Guangzhou City Construction College, Guangzhou, Guangdong 510900

**Abstract：** Mental illness has become a heavy burden that hinders social development and people's healthy lifestyle; it is imperative to develop mental physiotherapy institutions. In the post-epidemic era, the development of the leisure and entertainment industry is even more difficult; it is necessary to guide them to healthy and upward development; to combine mental physiotherapy with entertainment, leisure, and psychological education; we boldly put forward the design idea of "soul purification space", and in charge While fulfilling social responsibility, we can achieve a win-win situation!

**Keywords：** mental health; mental physiotherapy; spiritual space; leisure and entertainment space; entertainment and education

## 引言

心灵，人健康之本也；如水木之精华，滋养着人之正常工作、生活、学习、成长，生生不息！不同时代的人儿都无时地充斥着不同的生活矛盾，正在消磨我们精神和意志。加之，后疫情时代和网络时代在不断的改变我们的精神领域；焦虑、烦躁、抑郁症、精神病接踵而来；人不是在年龄的老去，而是在精神的衰亡……

## 一、提出设计理念

“心灵空间”的设计创新构想，正是填补当前我国“心里健康”咨询业的短板；为“心灵亚健康者”创造一个精神康复的疗养场所，重拾自信与梦想！

我们的设计理念主要从两方面入手：通过查阅相关资料和现实的考察。了解到：大多数“心里健康”者被当成精神病治疗，更多的是药物治疗；“心里咨询”、“心里辅导”的专业机构相对甚少、相对落后；其次利用我们空间设计专业的团队优势，通过对相关专业知识的学习，创造一个“寓教于乐”的集教育、理疗、休闲娱乐三位一体的实验空间；为人民健康和社会创新发展贡献一份社会责任感与力量<sup>[1]</sup>。

## 二、目前国内外研究现状、水平和发展趋势分析

近年来，精神疾病患者人数呈逐年上升趋势。中国精神障碍

人群超2亿，相对应的是从未接受治疗的患者比例高达92%。有调查数据表明，60%以上的精神分裂患者、躁郁症患者会拒绝看医生，或者不遵照医嘱按时按量吃药。精神疾病缺乏科学治疗，除了病患自身缺乏病识感，精神卫生医疗行业的发展也存在不足：另一方面，在精神卫生医院的建设上，我们也还需要改进。

美国在上世纪相继制定了《国民精神卫生法》、《社区精神卫生法》等保障精神障碍患者各项权利的法律条文，并致力于改善精神障碍患者的生活环境和医疗救助制度。国外先进发达国家社会福利条件优越，技术水平和研究水平比较高；具有较高的精神疾病社会保障制度和公费医疗基础；美国在这方面的发展是最完善的。

而国内在这方面现状是短板，主要是集中民营企业的力量；精神疾病保障服务相对短缺，主要集中在：从业人员短缺、心里咨询行业的缺口；目前国家的对外制度是允许外资企业参与进行建设。比照美国一家精神卫生机构的设计，或许我们能从中借鉴先进之处。

作者简介：方崇立（1977—），男，汉族，广东惠来人，本科，广州城建职业学院专任教师，工艺美术师，讲师，研究方向：建筑室内空间设计、餐饮空间设计、公共空间设计、乡村民居设计。



中庭与不同的理疗部门相连，设计成半球状，不但使看病更加方便，还使得建筑更有特点。该计划侧重于合理的理疗体验路线，体现出了病人和工作人员的相互理解，创造了一个安静的环境。整个大厅空间明净洁白，白色代表稳定和安全，心境平和；会让人联想到自己的家。空间的交互设计设计和连续性的组合，使空间更富有弹性的活动空间；隔而不断、井然有序；减少理疗机构所需的庞大机构，大量机器设备，节省工作流程、效率。

在对休闲娱乐空间的改造上，强调空间高效的动线设计。同时避规尖锐的造型实体设计，还应对色彩的心理效应作进一步的深入研究。例如对环境图形的装饰、色彩的运用：湖水蓝的柔和，那橘黄色的积极，还有原木色的自然，合奏出宁静空间的意境之歌。

空间的细节处理上，配备的医疗家具也应具有个性的张扬，例如：儿童门诊区的圆几和沙发椅是童趣的，而病房层活动区域以家庭为单位进行家具陈设。无论是患者还是家属，在医院里都能感觉到方便、自在，以及被支持。透过这些医院设计的细节，不难体会该中心“以人为本”的服务准则。诊疗室内部的设计也在鼓励人们去体会生活的美好：透过窗户迎接洒进来的日光，从边柜里拿出一本书来看看，家人或朋友来探望，可以坐在沙发凳上随意闲聊。在这里，哪怕只是一个人发呆也是安全而放松的。

“心灵空间”的设计成果正是展现了该生活新理念的核心：无论从企业内部的经营模式还是生活与理疗之间都有较高的工作协调和井然有序分工协作能力，这在设计中就需要缩短精神咨询与精神理疗过程的间隔（时间间隔和空间间隔），而解决这一问题需要借助于专业的精神理疗技术，转化精神理疗过程为休闲娱乐教育过程。网速科技的不断更迭使得图象和影视传播更加高速，使患者身临其境，提升精神理疗的品质生活和治疗效果；这一切都为我们提升了理疗空间的艺术创造动力和空间的视觉效果<sup>[5]</sup>。



空间改造与概念设计

“心灵空间”将以人性为本，不仅解决了病者与医生的治疗过程，它还引导和改变人们的新生活方式。在应对将来各种病毒横行、娱乐场所经营日下，社会扫黑除恶的新环境下，“心灵空间”的概念设计无非也是一次娱乐休闲空间的升级改造和健康良性的发展，为目前我国精神病治疗资源短缺注入了一方造血功能；为它们的高速发展拉近人与人之间的距离。而对于空间艺术性而言，后现代的设计理念和人文关怀，早已为“心灵空间”设

计的理论首选；更加安全性、人性化和亲切感在空间的设计中都得到一一的呈现。

## （二）企业内外运营展示

“心灵空间”的设计取决于设计师的创造力和商业运营模式上；各企业之间的资源整合“心灵空间”的行为主体，体现于他们的企业管理和企业运作模式上。

首先，在广泛性焦虑障碍的治疗中，基于VR的正念疗法和解释的认知偏差修正疗法显著改善患者焦虑、抑郁、正念、情绪调节水平以及感官意识，提高依从性；增加患者对事件正面解释的认可，减少负面解释，降低状态焦虑和对应激源情绪。在社交焦虑障碍的治疗中，能有效减少了患者抑郁、焦虑和偏执，提高生活质量。VR社交场景中没有认知成分的言语互动有效减少了患者的焦虑和回避，会通过增加患者在虚拟环境中的存在进一步提高治疗效果。正如研究发现患者在与他人的积极对话中存在眼神交流，而在冲突对话中一旦担心拒绝被激活，就会减少眼神交流，并且这种影响会持续到最终的对话中。在特定恐惧的治疗中，当患者暴露在其恐惧对象相关的场景中时，其恐惧和回避症状得到了有效缓解，且疗效与实景暴露和增强现实暴露相似。

其次，企业管理者要提高自身的管理素质，增强塑造品牌形象的意识，把品牌形象塑造作为企业的优先课题，作为企业发展的战略性问题，要把企业的经营理念反映在品牌形象上。“解梦空间”模块、“追梦空间”模块和“圆梦空间”模块这三大模块之间还需做好咨询空间与体验康复空间的配合，建立起病人与医生的协调沟通。通过“心灵净化空间”这种互动体验加强与消费者的认知和全面心理健康新生活方式。

总之“心灵空间”是后精神理疗的发展新领域，体现了精神理疗空间的新设计理念，提高了精神理疗水平和人们的生活质量。它的出现是商业理疗空间设计史上亮丽的又一笔，推动了经济的新一轮发展方向。

## 五、结语

历史不可谏，来者犹可追。后疫时代，世界各国都在积极调整自己的经济结构；医疗、养老与健康是后疫时代经济发展战略之一。“心灵空间”概念设计，精神理疗、教育、休闲娱乐三者的统一资源联合，将扮演推广者及催生原创者的角色，必然在中国新精神理疗领域独树一帜，使精神理疗进入后现代生活的新时尚。跃升为一个以全面精神健康、生活与工作为主导的“心灵净化空间”，赢得光明与未来！

## 参考文献

- [1] 李纾. 环境心理学视角下的疗愈空间特征及其对心理恢复的影响[J]. 心理学报, 2020, 52(8): 987-1001.
- [2] 梁宁建. 基于感知与行为的健康空间设计心理学研究[J]. 心理科学, 2021, 44(2): 345-356.
- [3] 李建明. 物理环境对焦虑及抑郁情绪的干预效应研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28(5): 641-647.
- [4] 朱宝荣. 应用心理学在公共空间设计中的实践与发展[J]. 应用心理学, 2018, 24(3): 215-226.
- [5] (德) 贝克尔, (德) 莫伊泽, 诊所规划设计手册[M]. Wang S, 译. 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2010.