

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： 心理健康；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“心理健康”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“心理健康”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^[1]。

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。

三、概念设计方案的研究

(一) 方案的设计构思

我们的研究目标就是利用我们空间设计专业的优势，对相关休闲娱乐场所进行设计改造、产业升级；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；建立心理健康预防和干预平台，亚健康理疗空间。所以，我们研究内容主要从三步走：一、通过熟悉“心里咨询”、“心里辅导”整个医疗的过程，有效的引导我们对空间项目的进行组织；二、对有关康体娱乐中心的研究，通过合理的改造升级，把它引纳到我们的项目中来；三、对相关心里咨询业的业务管理以及空间设计项目进行研究。

由于前面的设计工作的投入，我们的研究方案具体如下：项目计划用“解梦”“追梦”“圆梦”的三大计划进行空间特色项目设计的。

通过“解梦”诊断患者需要进行的训练计划，这里我们需要设计“解梦空间”；通过与各类俱乐部、康体中心营业体合作，创造一个亚健康康复中心；创造多种休闲、娱乐空间，空间的主体；“追梦人”可以通过发泄、暴击、唱K、呐喊、诅咒、喝酒、劳动、游戏、书画、艺术等有趣形式的训练，使患者告别心里健康问题；这里我们需要进行“追梦空间”设计。最后通过引进公益栏目，引领患者实现梦想（“圆梦”）。当然，也为疫后时代的康体娱乐行业不景气的商业景象注入了发展动力；这里我们需要设计一项“圆梦平台”！

(二) 方案的设计目标

1. 提高经济效益，有利于增强企业的市场竞争力

经济的高速发展，催生了快节奏的生活方式，随之而来的问题是社会成员的心理压力倍增；物质文化需求的不断增长，加速了精神医疗方面的细化及发展速度。

反观休闲娱乐业的发展。因在疫情期间内许多企业无法正常运营，继而导致各大企业没有收入来源，例如餐饮企业限制客源、歌舞厅和KTV客流量下滑加剧，企业发展举步维艰。人们的生活理论逐步回归生态养生和精神品质；发展精神理疗业大有可为。

同时，发展精神理疗机构需要大面积的场地和休闲娱乐设施；精神理疗业和休闲娱乐行业可以强强联手，达到双赢；从而提高经济效益，增强企业的市场竞争力。对休闲娱乐行业深度调研及市场前景分析，为投资者进行投资作出精神理疗行业前景预判，挖掘精神理疗行业投资价值，同时提出精神理疗行业投资策略、营销策略等方面建议。

2. 以娱乐的名义保护“患者”的个人尊严

全国的心理病患者庞大，但真正医院治疗的不到30%；除经济因素外，更多考虑的是自尊心；因此，空间的形象设计应该打破医院的形象；而更多体现的是休闲康乐空间概念。

空间设计体现在提高效益且增强企业的市场竞争力的同时，能够同时解压及释放给这些患有心理疾病的人群创造解压地方，即娱乐企业——KTV、健身房等，这些地方能够有效的帮助患有心理疾病的人群很好的释放压力，在娱乐的同时也能够做到保护“患者”的个人尊严^[2]。

3. 创建一个“寓教于乐”三位一体的实验空间

合并康体中心、疗养院、健身房、社区医院等利用我们团队自身的结构与资源，创造一个集教育、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！服务内容包括青少年自闭症、成人急性精神病学、成人精神病重症监护、神经认知障碍，及针对儿童和青少年的心理医学项目。

作为长期性的精神健康护理机构，我们将医院环境设计纳入中心的一部分。舒缓的疗愈感从医院外墙设计开始：“蓝+白+灰”3种色彩搭配，瞬间想到了微风轻拂的海岸，平静放松。我们设计团队还把树木啊、草地啊，还有长角鹿、瓢虫这些可爱的小动物都搬进空间，将理疗机构打造成一片奇幻森林。艺术体验室的画具有直观的视觉效果，理疗中心的这些环境图形还被用心地设计成各种形式，比如摄影图集、图画壁纸、手绘水彩插画，看上去超可爱超治愈！

4. 实现全套服务体系，能够更多的容纳“心理患者”

设计从关爱和尊重出发，尽量保证患者安全的基础上，美化患者活动的环境。空间设计中患者活动区域相对较少，单个空间小，这就需要我们考虑用特殊的设计理念和手法改变这一问题，我们在空间规划中，将康复区放在中部，重症监护放在护理站旁边，方便护士对重患者做到时时护理，病人活动室构建在护理站对面，有利护理师、医生随时观察患者的活动情况。在我们的设计中，男女病房是分层设置，做到既有针对性又方便管理。机构中心设置集中活动区，为患者提供更宽阔的休闲活动空间，其中包括形体、书法、美术、唱K、发泄、康复等功能区；理疗中心设计了户外活动空间，包括室外野餐区，以及屋顶有围栏保护的儿童游乐场，通过积极的社交关系促进患者的精神康复。我们尽力将患者医疗环境设计成生态花园，帮助患者在自然阳光中接受快乐治疗^[3]。



三大空间计划功能分析

空间改造与概念设计

四、空间概念的成果展示

(一) 设计成果展示

“心灵空间”的艺术形态，取决于娱乐休闲空间与精神理疗空间的一切商业行为、生活行为的优势。在上述的行为分析中，人不仅是健康理疗的主体，还是休闲生活的主体。随着消费、生活水平的提高，他们的生活质量变得空前强大，他们需要自我设计，把自我设计作为生活的一部分，正所谓自我满足，让休闲的精神状态服务于工作；保持充沛的工作活力，就必须要有良好的精神状态。因此，他们需要不断的为自己解压，充电。这就需要建立工作之外的生活桥梁^[4]。

设计强调了“公开性和透明度”。在使患者在进行每一个医疗环节的同时，也得到了隐私保护。对娱乐中心的改造，包括中层的理疗中心和护理室；较低楼层的咨询部。中心坐落在人流密集的市区，整个计划的重点就是要在空间的公共娱乐大厅改造成一个项目理疗中心。为患者提供了一个体验、发泄、休闲、玩耍的乐园。空间格局开敞、隔而不断，有利于光线和空气的进入。

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。空间的互交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。网速科技的不断更代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^[5]。



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，当患者暴露在与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.