

# 艺术疗愈导向下的城市公共空间设计研究

王震

长春理工大学, 吉林长春, 130022;

**摘要:**当代城市发展中, 公众心理健康需求与城市公共空间功能单一的矛盾日益凸显。本研究基于艺术疗愈理念, 探索城市公共空间的创新设计路径。艺术疗愈通过非言语创作促进情绪表达与自我整合, 将其融入城市环境具有重要社会价值。艺术疗愈空间不仅为个体提供情绪疏导的场所, 还能通过集体创作活动增强社区凝聚力。基于安全感营造、包容性参与两大设计原则, 并从空间序列组织与多感官环境设计等层面构建具体设计路径, 旨在为创建促进心理健康的城市环境提供新思路, 推动城市公共空间向更具人文关怀的方向发展。

**关键词:** 艺术疗愈; 城市公共空间; 环境设计; 多感官设计

**DOI:** 10.69979/3029-2727.26.01.060

## 引言

随着城市化进程的加速推进, 现代城市生活中的心理健康问题愈发受到重视。传统的城市公共空间设计往往局限于物理功能的实现与视觉形式的表达, 未能充分回应使用者的心理需求。这种功能主义的空间设计范式忽视了环境对人们心理状态的潜在影响, 导致大量公共空间缺乏情感维度的考量。艺术疗愈作为一种通过非言语创作促进心理健康的有效途径, 为城市公共空间设计提供了创新的视角。本文将艺术疗愈理念运用于城市公共空间设计, 探索其与城市环境的融合路径, 旨在通过系统化的设计干预方法, 构建能够支持心理健康、促进社会互动的公共空间, 为现代城市环境建设提供创新的设计思路。

## 1 艺术疗愈的概况与发展

艺术疗愈作为一种通过艺术创作过程促进心理健康的专业方法, 其现代学科体系的建立可追溯至 20 世纪中期的欧美国家, 创始人玛格丽特·瑙姆伯格首次系统性地将艺术创作与精神分析理论相结合, 确立了艺术作为治疗的基本框架。其后, 伊迪丝·克莱默进一步提出艺术即治疗理念, 强调创作过程本身所具有的治疗价值与整合功能。这些开创性工作奠定了艺术疗愈的理论基础, 使其从辅助治疗手段逐渐发展成为独立的专业领域。这一转向与当代城市发展理念高度契合。

随着健康城市、宜居城市等理念的深入推行, 城市公共空间的设计正在经历从单一功能向复合价值的转变。艺术疗愈理念为这一转变提供了创新的设计思路和方法论支持。通过将艺术创作与环境设计相融合, 在城市的滨水空间、街区公园、广场绿地等公共区域构建能

够支持情绪调节、促进社交互动的疗愈性环境, 为缓解城市居民的心理压力、改善城市生活品质提供了新的设计路径。这种跨界融合不仅拓展了艺术疗愈的应用场域, 也为城市公共空间注入了新的活力, 使其成为促进公众心理健康的重要载体, 不仅丰富了城市公共空间的内涵, 也拓展了艺术疗愈在城市尺度上的应用可能。

从理论基础来看, 艺术疗愈的发展深受人本主义心理学和积极心理学的影响。人本主义心理学强调人的自我实现潜能, 而艺术创作正是实现自我表达和自我探索的重要途径。积极心理学则关注人的优势和心理弹性, 艺术疗愈通过创造性的表达帮助个体发掘内在资源, 增强心理韧性。这些理论为艺术疗愈在城市公共空间中的应用提供了坚实的学术支撑。

这种实践转向在多个城市的社区更新项目中已初见成效。例如, 一些社区通过设置共创艺术墙、开放式工作坊等空间模块, 为居民提供了日常化的艺术疗愈体验; 通过组织社区艺术节、主题创作活动等形式, 增强了居民之间的情感联结。

## 2 艺术疗愈与城市公共空间的互动效应

艺术疗愈与城市公共空间的融合为现代城市发展提供了独特的价值。这种融合首先体现在对公众心理健康的重要促进作用上, 城市公共空间中的艺术疗愈设计为人们提供了随时可用的情绪疏导场所, 使心理调适成为日常生活中自然发生的过程。相较于传统的心理咨询服务, 这种嵌入日常环境的疗愈方式具有更低的使用门槛和更好的可及性, 能够惠及更广泛的人群。通过设置开放式的艺术创作区、互动装置等空间要素, 人们在通勤、休闲之余即可进行即兴创作, 有效缓解日常压力, 提升生活品质。

从城市发展的综合效益来看,艺术疗愈为存量空间的活化利用提供了创新思路,通过对城市闲置空间、边界空间的创造性改造,将其转化为具有疗愈功能的艺术场所,显著提升了空间使用效率,为城市注入了新的文化活力。这种改造方式具有成本较低、实施灵活的特点,为城市公共空间的质量提升提供了可行路径。更为重要的是,艺术疗愈空间将艺术创作与心理健康支持有机结合,创造出独具特色的场所体验,成为城市文化的新载体。这些空间不仅满足基本的功能需求,更通过艺术化的环境设计传递人文关怀,在提升城市文化软实力的同时,为构建更具温度的现代城市提供了重要支撑。

艺术疗愈空间在城市公共空间中的建立,实际上构建了一个微型的生态系统。这个系统包含物理环境、社会交往和心理体验三个层面,它们相互影响、相互促进。物理环境为艺术疗愈提供场所支持,社会交往在创作过程中自然形成,而心理体验则是前两者共同作用的结果。这种多层次、多维度的互动关系,使艺术疗愈空间成为连接个人与社会、心理与环境的重要纽带。

### 3 艺术疗愈导向下的城市公共空间设计策略

#### 3.1 安全感的空间营造策略

安全感是艺术疗愈发生的基础前提。在城市公共空间中,需要通过多层次的设计手法营造心理安全感。首先,在空间界定上,采用嵌套式布局,通过软性边界划分,如利用绿植、矮墙、艺术装置等元素,形成明确的领域感,同时保持视觉的通透性。其次,在空间尺度上,注重人性化尺度的把握,通过局部围合、顶棚覆盖等手法,创造具有庇护感的小空间,使使用者获得心理上的庇护感。再次,在空间质地上,选用温暖、亲肤的自然材料,如木材、棉麻等,通过材料的触感传递安全感。同时,应避免使用过于冰冷、光滑的工业化材料,以营造温馨、包容的空间氛围。

#### 3.2 多感官的环境设计策略

多感官体验是艺术疗愈的重要实现途径。在城市公共空间设计中,应突破传统以视觉为主导的设计模式,构建全方位的感官体验环境。在视觉层面,采用柔和的间接照明,避免强光直射,运用自然温和的色彩搭配,营造舒缓的视觉环境。在听觉层面,通过水景、风铃等自然声景的设计,屏蔽城市噪音干扰,同时可设置声景互动装置,让使用者参与声音的创作。在触觉层面,设置多样化的材质体验区,提供不同温度、质感、硬度的材料,鼓励使用者通过触摸进行探索。在嗅觉层面,引入芳香植物、天然香氛等元素,通过嗅觉刺激唤起积极

情绪。这种多感官的协同作用,能够有效促进使用者的情绪表达与心理释放。

多感官设计不仅要考虑单个感官的体验质量,更要注重不同感官体验之间的协调与配合。例如,视觉上的柔和色调应该与听觉上的舒缓音效相呼应,触觉上的丰富体验应该与嗅觉上的清新气息相配合。这种跨感官的协调设计,能够创造出更加完整和深入的艺术疗愈体验。

#### 3.3 包容性的载体设计策略

艺术载体的设计应体现最大程度的包容性,满足不同使用群体的需求。首先,在载体形式上,应提供多样化的选择,包括平面创作区(如绘画墙)、立体创作区(如雕塑台)、动态创作区(如光影互动装置)等,适应不同的创作偏好和能力水平。其次,在操作方式上,考虑不同人群的身体条件,设置站立式、坐式、轮椅适用等多种高度的操作界面。再次,在材料供给上,提供从基础到进阶的多层次材料选择,确保每个人都能找到适合自己的表达方式。艺术疗愈空间的各项功能和使用方法应该通过直观的方式呈现,避免复杂的文字说明。可以通过图示、示范视频等多种方式,让不同文化背景、教育程度的使用者都能快速理解和掌握空间的使用方法。

#### 3.4 序列化的空间组织策略

艺术疗愈空间的序列组织应遵循心理疗愈的渐进过程。采用过渡,准备,创作,展示,反思的五段式空间序列。过渡区域通过材质、光线、声音的渐变,帮助使用者实现从城市空间到疗愈空间的心理转换;准备区域通过简单的引导性活动,帮助使用者进入创作状态;创作区域是核心功能区,应提供充足且灵活的操作空间;展示区域采用非评判性的展示方式,强调过程而非结果;反思区域则营造安静、私密的氛围,供使用者沉淀和思考。这种序列化的空间组织,能够引导使用者完成完整的疗愈体验。这些设计策略共同构成了艺术疗愈导向下城市公共空间的设计框架,为后续的具体实践应用提供了理论指导和设计依据。通过系统化的策略实施,将使艺术疗愈理念真正落实到城市公共空间的各个层面,实现其促进心理健康的深层价值。

### 4 艺术疗愈导向下的城市公共空间设计实践

#### 4.1 安全感营造策略的具体实施

艺术疗愈理念将安全感营造、多感官体验、包容性参与和序列化组织等核心策略转化为具有可操作性的空间设计方法,是实现艺术疗愈理念在城市尺度下创新

应用的关键环节。

在城市公共空间设计中,安全感营造策略通过多层次的空间建构得以实现。具体实践中,嵌套式布局被广泛应用于创造具有心理庇护功能的空间结构。通过木质格栅等材料形成柔性边界,在保持视觉通透性的同时建立明确的空间领域感。内部空间进一步通过绿植矮墙划分出多个小型休憩区,配合可移动的座凳和创作台面,为空间调整提供可能性。地面材质的选择上,温暖的木质铺装与广场主区的硬质铺装形成质感对比,通过材质变化暗示空间的功能转换。这种设计使使用者在开放的城市环境中获得必要的心理安全感,为艺术疗愈活动的开展创造了基础条件。

#### 4.2 多感官体验策略的环境构建

多感官环境设计策略通过全方位的感官体验系统实现其疗愈效能。实际应用中,间接照明手法的运用能够营造均匀柔和的光环境,避免强光直射带来的不适感。滨水步道设置的互动声景装置,通过运动传感器触发自然音效,使使用者的行走节奏与声音产生有机互动。触觉体验区的设置通过整合不同质感的墙面材料,并配备振动反馈装置,为使用者提供多样化的触觉刺激。此外,种植具有舒缓香气的植物群落,能够创造出唤起积极情绪的嗅觉环境。这种多感官协同的设计方法,有助于促进使用者的情绪表达与心理释放。

#### 4.3 包容性参与与序列化组织的实践应用

包容性载体设计与序列化空间组织策略共同构成了艺术疗愈空间的实践框架。模块化理念的实现通过不同高度的创作平台满足各年龄段和使用能力人群的需求。艺术载体形式的多样化表现为垂直绘画墙、立体拼插装置和沙盘创作区等的综合运用,以适应不同的创作偏好。材料选择上提供多个难度层级,从易于操作的基础材料到需要一定技巧的传统工艺材料,确保不同能力的使用者都能找到适合的表达方式。在空间组织层面,渐进式体验序列的构建从入口过渡区开始,通过逐渐变化的空间元素引导心理转换;准备区设置的引导性装置帮助进入创作状态;核心创作区提供丰富的艺术载体支持各类创作活动;展示区采用非评判性的展示系统强调创作过程的分享;最终在反思区营造安静氛围供使用者沉淀思考。这种序列化的空间组织确保了艺术疗愈体验的完整性和有效性。

#### 4.4 不同类型空间的差异化设计方法

在具体项目实践中,这些设计方法需要根据不同的

空间类型进行针对性调整。例如,在城市广场设计中,重点考虑如何在大尺度开放空间中营造安全感;在街道空间更新中,则更注重将艺术疗愈功能与既有的交通流线相结合;在滨水空间设计中,则需要充分利用自然景观资源,强化多感官体验效果。每种空间类型都有其独特的场地条件和设计重点,需要采取差异化的设计策略。通过系统化的设计方法应用,艺术疗愈理念得以在城市公共空间中实现有效转化。这些实践方法不仅验证了设计策略的可行性,也为艺术疗愈在城市环境中的推广提供了可借鉴的实施路径。在实际项目中,根据场地特性和使用人群特征对这些设计方法进行适当调整和优化,能够更好地实现艺术疗愈效果,推动城市公共空间向更具人文关怀的方向发展。

### 5 结论

过系统探讨艺术疗愈与城市公共空间的融合路径,构建了包含安全感营造、多感官体验、包容性参与和序列化组织的设计策略体系。研究表明,基于艺术疗愈理念的空间设计能够有效提升城市公共空间的心理支持功能,为缓解现代城市生活中的心理压力提供环境解决途径。艺术疗愈理念的引入拓展了城市公共空间的内涵价值,使其从传统的物理功能载体转变为具有心理健康促进作用的复合型空间。该研究为城市公共空间设计提供了新的理论依据和实践参考,对推动城市环境建设向更具人文关怀的方向发展具有积极意义。

#### 参考文献

- [1]王娜,任佳,李登登.可持续发展理念下乡村疗愈景观设计研究[J]. 艺术与设计(理论),2025,2(06):56-59.
- [2]刘昊,范蒙.基于艺术疗愈理论的当代美术馆室内空间设计研究[J]. 艺术与设计(理论),2024,2(04):44-46.
- [3]王雅馨,张乐.养老社区艺术疗愈景观设计研究[J]. 安徽建筑,2023,30(03):40-42.
- [4]李俊晓.治愈性景观设计研究——以徐州无名山公园为例[J]. 工业设计,2020,(05):102-103.
- [5]任艳,丁云峰.乡村疗愈景观规划设计分析[J]. 上海包装,2024,(01):114-116.

作者简介:王震(1999.08),男,汉族,河南焦作人,硕士研究生在读,长春理工大学,研究方向:环境设计。