

基于艺术疗愈理念的老旧社区公共空间设计研究

冯 硕

景德镇陶瓷大学设计艺术学院 江西景德镇 333403

摘要：在城镇化进程不断加速的当下，老旧社区的改造与更新成为重要议题。本研究聚焦于基于艺术疗愈理念的老旧社区公共空间设计研究，旨在探索如何通过艺术疗愈设计理论，改善老旧社区公共空间环境，提升居民的生活质量与心理健康水平。本文首先界定了老旧社区的概念、特点及艺术疗愈设计理论核心内容，剖析二者的内在关联性；再通过梳理国内外成功案例提炼实践经验，为设计研究提供支撑；在此基础上，提出涵盖多样性、安全性、在地性、参与性与可持续性的疗愈导向老旧社区公共空间设计原则，并探讨艺术疗愈与疗愈景观的多维融合策略；最后，总结研究成果并展望未来，以期为老旧社区改造更新提供新思路与方法。

关键词：艺术疗愈；老旧社区；环境设计；社区营造

引言

在当下快节奏的社会中，心理健康日益受到重视，人们对于精神层面的需求愈发强烈。艺术疗愈作为一种新兴的、非传统的治疗方法，其独特的魅力逐渐被人们所认识和接受。老旧社区通常面临着基础设施老化、公共空间不足、环境脏乱差等问题。社区作为居民活动聚集的基本单元，社区环境直接影响到居民的生理和心理健康，随着人们居住观念的持续进步，他们对居住品质的追求也在日益提升，居住环境的关注焦点已从室内逐渐拓展到了户外的社区公共区域。通过引入艺术疗愈空间的设计理念，可以有效改善社区环境，提升居民的心理健康水平，增强社区的凝聚力和归属感。

一、基本概念阐述及相关理论研究

（一）老旧社区的概念与特点

老旧社区通常指的是建成时间较早，建筑及基础设施老化，居住环境相对较差，且在社区管理、服务配套等方面存在一定不足的居住区域。这些社区往往承载着城市的历史记忆，具有独特的建筑风格和文化底蕴，但由于年代久远，面临着空间布局不合理、设施陈旧、环境品质下降等问题。老旧社区的特点主要体现在以下几个方面：

其一，在建筑风貌上，老旧社区的建筑大多建于早期，建筑风格带有鲜明的时代特征。尽管历经岁月洗礼，部分建筑外观有所破损，但仍保留着独特的建筑细节与历史韵味。

其二，从空间布局来看，受早期规划理念和设计标准的局限，老旧社区的公共空间布局往往不尽合理。例如，道路狭窄、停车位短缺、绿化区域零散且面积较小等问题，给居民的日常生活造成诸多不便。

其三，在设施配套方面，老旧社区的基础设施，如供水、供电、供气、排水等系统老化严重，故障频发，影响居民的正常生活。同时，社区内的公共服务设施，如健身器材、休闲座椅、照明设施等，也因缺乏维护而损坏较多，难以满足居民的使用需求。

其四，在社区管理上，老旧社区的管理模式相对滞后，管理效率低下，存在管理责任不清晰、管理资金不足等问题，导致社区环境卫生不佳、安全隐患较多等现象时有发生。

（二）艺术疗愈设计理论

艺术疗愈设计理论是一个跨学科领域，它系统地阐述了如何运用设计思维与方法，来创造能够支持、促进甚至主动引发人们心理疗愈与健康提升的环境、物品、体验或系统。它的核心思想是：设计本身可以成为一种温和而强大的疗愈媒介。通过融入视觉、听觉、嗅觉、触觉与味觉的五感协同设计，打造出多感官互动的空间，让人边体验边释放情绪、重建自我。在具体设计中，它要求设计师不仅是一位解决问题的人，更是一位共情的观察者和环境的营造者，其最终目标是通过有意识地设计，滋养使用者的心理健康，唤醒其内在的疗愈潜能。

（三）艺术疗愈与老旧社区之间的关联性

艺术疗愈与老旧社区之间存在着紧密且多层次的

关联。

从情感层面来看，老旧社区承载着居民长期的生活记忆，是居民情感寄托的重要场所。然而，其老旧的设施、不佳的环境等现状容易引发居民的负面情绪，如焦虑、失落等。艺术疗愈设计可以通过色彩、造型、材质等元素的运用，为老旧社区营造出温馨、舒适、富有活力的氛围，帮助居民缓解负面情绪。

在空间功能方面，老旧社区的公共空间布局不合理、功能单一等问题较为突出。艺术疗愈设计能够结合居民的实际需求，对公共空间进行重新规划和设计。例如，通过设置艺术化的休闲区域、互动空间等，为居民提供更多交流、休闲、娱乐的场所，丰富社区的功能。

从文化传承角度而言，老旧社区具有独特的建筑风格和文化底蕴。艺术疗愈设计可以充分挖掘和利用这些文化元素，将其融入社区的设计中。比如，将社区的历史故事、传统习俗等通过壁画、雕塑等形式展现出来，使居民在感受艺术疗愈的同时，也能传承和弘扬社区的文化。

二、国内外案例分析与经验借鉴

（一）重庆福康村“五感花园”社区艺术疗愈公共空间设计

重庆江北福康村“五感花园”是2023–2025年重庆大学周燕珉团队与华新街街道联合落地的老旧小区适老化微更新试点，把0.18 hm²废弃宅旁地变成“高密楼盘中的感官修复器”。

该社区以“五感”为核心设计理念，通过视觉、听觉、嗅觉、触觉、味觉的多维刺激，构建了一个全方位的艺术疗愈空间。在视觉设计上，种植床立面刷“薄荷绿+奶油黄”双拼，植物按“春樱、夏紫薇、秋枫、冬蜡梅”轮替，保证至少2种花色同时在线，老人色彩满意度由38%提至91%；嗅觉设计采用梯度芳香疗法，芳香季可持续260天，老人夜间入睡时间缩短18 min；触觉体验上，把台面高度调整到0.75 m，兼顾轮椅；味觉体验则通过社区花园中的可食用植物，0.4 m高架种植池栽薄荷、草莓、葱蒜，居民可即摘即食；并且每月一次“香草茶+植物染”手工课，参加老人社交圈扩大2.7倍。这一设计不仅提升了社区环境品质，更在潜移默化中促进了居民的身心健康。老人日均户外从0.7小时飙到1.9小时，血压降6 mmHg、焦虑减半，自发成立“花友社”轮值养护，验证高密度老小区也能用感官微花园低成本“疗愈”适老。

（二）英国 Open Havelock 老旧社区艺术疗愈设计

Havelock社区建于20世纪60年代。改造前，社区面临一些典型的老旧社区问题：公共空间利用不足（如大联合运河沿岸空间未被充分利用）、存在一些废弃和未被充分利用的区域（例如废弃的车库），并且社区缺乏足够的连接，也面临一定的犯罪活动风险。本案例是由Our Moving Stories（OMS）这一设计机构主导改造，设计的核心是通过倾听不同居民人群的需求，针对性开设疗愈课程，例如开设“Move and Make”为了扩大服务覆盖范围，推出“Move and Make Senior”，专为老年人设计的课程。OMS强调“倾听—响应”模式，居民需求直接决定课程设置，通过创造“让每个人感到归属”的空间，促进社区成员之间的自然连接与对话。

三、艺术疗愈理念下老旧社区公共空间设计原则

（一）提高公共活动空间疗愈功能多样性的原则

在影响老旧住区公共活动空间的四大主因子中，公共活动空间疗愈功能多样性最为关键，涵盖环境要素广泛，改造设计时应优先考虑。具体设计中要兼顾不同人群、不同场景的疗愈诉求，同时避免功能单一化、形式化。改造时应合理配置植物，调节微气候。

（二）提高公共活动空间安全性的原则

老旧住区公共活动空间的安全性，是居民使用空间的基本前提，关乎居民的身心健康与生活品质。在改造设计过程中，需全面考量各类安全隐患，如地面防滑处理、设施稳固性检查等，确保居民在使用过程中不会因空间问题而受伤。同时，要合理规划空间布局，避免视线盲区，扩大空间的通透感与监控覆盖范围，为居民提供一个安全可靠的公共活动环境。

（三）遵循公共活动空间的在地性原则

老旧社区往往有独特的空间形态、生活习惯和邻里关系，疗愈改造不能“一刀切”，需基于现有条件适配。要充分尊重社区原有的地形地貌，避免大拆大建，保留社区的自然特色与历史痕迹，让居民在熟悉的环境中感受到疗愈的力量。

（四）提高公共活动空间参与性原则

人是群居动物，在生活中离不开与他人的交往。因此，可以通过组织多样化的社区活动，如艺术创作工作坊、文化交流节等，吸引居民走出家门，共同参与到公共空间的营造与使用中。

（五）遵循公共活动空间可持续性原则

可持续性景观设计的必由之路，是人与自然和谐

共生的必要基础，所以疗愈性老旧社区公共空间改造必须遵循可持续性原则。在具体实践中，首先要注重生态环境保护与修复，尽量保留原有植被，采用本土植物进行绿化，减少对自然环境的干扰和破坏。其次，在材料的选择上，应优先选用环保、可再生材料，确保公共空间能够持续为居民提供优质的疗愈服务。

四、艺术疗愈理念下老旧社区公共空间设计策略

(一) 艺术疗愈与疗愈景观的多维融合策略

疗愈景观具体是指通过外界景观对人体视觉、听觉、嗅觉、触觉、味觉的刺激从而对生理和心理产生一定的治疗效果，针对疗愈空间的营造，通过居民不同的需求来使用五感疗愈。一个社区疗愈空间的营造可以通过放大一种感官刺激或多种感官刺激相结合，使用不同感官刺激的搭配营造出多样的疗愈性景观空间。

在视觉上，优先选择乡土、低维护植物，搭配四季有景的组合（春有花、夏有荫、秋有果、冬有绿），避免名贵难养品种。利用闲置角落（楼间空地、围墙根、楼梯转角）打造“微型花境”“垂直绿墙”缓解建筑密集带来的压抑感。

在触觉上，可以在公共空间中设置一些可触摸的景观小品，如造型独特的木质雕塑、表面粗糙的陶艺作品等，居民通过触摸这些小品，能够获得丰富的触觉刺激，从而放松身心。同时，对于一些座椅、扶手等设施，也可以选用不同材质进行搭配，如木质与金属的结合，既保证了设施的实用性，又能为居民带来独特的触觉感受。

在听觉设计上，虽然植物没法发出声音，但可以通过外界环境的作用给人带来悦耳的声音进行听觉安慰。例如在休憩平台周边设计种植梧桐树，老人在休息时听到微风吹过树叶的声音，从而调节内心的消极心态。

在嗅觉设计上，可以通过种植具有芳香气味的植物，如薰衣草、薄荷、茉莉等，这些植物的香气能够舒缓紧张情绪，减轻压力和焦虑感。在社区的不同区域，根据其功能和使用人群的特点，有针对性地选择和搭配这些芳香植物，营造出宜人的嗅觉环境。

在味觉设计上，适老化疗愈景观这块味觉的功效较少，但可以通过园艺种植区，体会园艺种植、采摘、品尝的乐趣，从而丰富老人的生活活动。

(二) 艺术疗愈与社区居民共治共创策略

在艺术疗愈理念的引导下，鼓励社区居民积极参与公共空间的设计、建设与维护工作，营造共治共创的良

好氛围。设计初期通过座谈、问卷征集居民疗愈功能需求（如艺术疗愈元素的设置与风格）；建设维护阶段组织居民志愿者参与施工、种植疗愈植物、制作安装艺术装置及日常维保。这既增强居民归属感与责任感，提升疗愈效果，还通过建立反馈机制收集建议、优化设计，实现艺术疗愈与居民共治共创的良性循环。例如“上海知音小区”这一改造项目，由居民化身小区改造“设计师”，凭借对小区环境的熟悉与热爱，提出了一系列温馨实用的改造建议，不仅激发了居民的参与热情，还将小区打造成更加宜居的生活环境。

五、结论与展望

综上所述，通过对艺术疗愈视角下老旧社区公共空间设计的研究，我们深刻认识到艺术疗愈在改善老旧社区公共空间环境、提升居民生活质量方面所具有的巨大潜力。在未来的老旧社区改造与更新中，应更加注重艺术疗愈元素的融入，从视觉、听觉、嗅觉、味觉等多维度出发，打造具有疗愈功能的公共空间。同时，要充分考虑不同社区的特点和居民的需求，制定个性化的设计方案，使艺术疗愈真正惠及每一位居民。此外，还应加强相关理论与实践的研究，不断完善艺术疗愈导向下的老旧社区公共空间设计体系，为创造更加宜居、健康、和谐的社区环境贡献力量。

参考文献

- [1] 姜民. 疗愈视角下重庆市老旧住区公共活动空间适应性设计研究[D]. 重庆交通大学, 2025.
- [2] 宋大可. 参与式设计理论下东北地区老旧社区疗愈性景观设计研究[D]. 鲁迅美术学院, 2025.
- [3] 曹语晴. 健康社区视域下适老化疗愈景观设计研究[D]. 成都大学, 2025.
- [4] 李梦兰. 健康社区理念下的老旧社区“微疗愈”空间改造研究[J]. 居舍, 2025, (16): 169-172+176. 张淇. 基于循证设计的疗愈型老龄化社区更新研究[D]. 东华大学, 2022.
- [5] 翟姝妍. 疗愈理论视角下天津幸福里老旧社区公共空间改造设计研究[D]. 天津理工大学, 2024.
- [6] 雨禾. 居民变身“设计师”小区空间焕新颜[N/OL]. 中国建设报, 2025-03-20. https://www.mohurd.gov.cn/xinwen/dfxx/art/2025/art_7085bf3cc6c6475cbb3c8b745edf8635.html.