

# 艺术疗愈驱动精神康复的五年探索 ——两江新区“渝康家园”实践

罗玉华<sup>1</sup>, 武逸晗<sup>2</sup>, 宋文婧<sup>1</sup>, 霍敏<sup>3</sup>

1. 重庆两江新区逸航青少年工作发展中心, 重庆 401122

2. 重庆市两江新区人民政府人和街道办事处宣传文化岗, 重庆 401122

3.. 重庆市两江新区人民政府翠云街道办事处, 重庆 401122

DOI:10.61369/SE.2026050031

**摘 要 :** 精神障碍社区康复是社会治理温度的重要体现。重庆两江新区翠云街道“渝康家园”自2021年启动,在全国率先将艺术疗愈系统性引入社区康复,构建“精准入户、全域覆盖”服务网络,并探索“从网购成瘾到价值创造”的行为转化路径。五年实践形成以艺术疗愈为特色、规范化建设为支撑、“康复即就业”为突破的社区康复模式。创新推出“六方协同”机制与“五方联动”生态,编制《精康融合服务手册》引领标准化,2025年康复者作品参展大阪世博会。项目累计服务13980人次,获成渝双城残疾人创业先锋大赛优胜奖,相关课题获重庆民政政策理论研究一等奖、三等奖。本报告梳理实践成果,旨在为政策完善及高校专业建设提供“两江样本”。

**关 键 词 :** 精神障碍社区康复;精康融合行动;艺术疗愈;康复即就业;规范化建设

## Five-Year Exploration of Mental Rehabilitation Driven by Art Therapy — Practice of "Yukang Homeland" in Liangjiang New Area

Luo Yuhua<sup>1</sup>, Wu Yihan<sup>2</sup>, Song Wenjing<sup>1</sup>, Huo Min<sup>3</sup>

1.Yihang Youth Work Development Center, Liangjiang New Area, Chongqing, Chongqing 401122

2.Publicity and Culture Post, Renhe Sub-district Office, People's Government of Liangjiang New Area, Chongqing, Chongqing 401122

3.Cuiyun Sub-district Office, People's Government of Liangjiang New Area, Chongqing, Chongqing 401122

**Abstract :** Community rehabilitation for people with mental disorders embodies the humanistic care of social governance. Launched in 2021, the "Yukang Homeland" at Cuiyun Subdistrict, Liangjiang New Area, Chongqing took the lead nationwide in systematically introducing art therapy into community rehabilitation. It has built a service network featuring targeted home visits and full-area coverage, and explored a behavioral transformation path "from online shopping addiction to value creation". Five years of practice has cultivated a community rehabilitation model characterized by art therapy, supported by standardized construction and breakthroughs in "rehabilitation through employment". Innovatively introduced the "six-party synergy" mechanism and the "five-party linkage" ecosystem, and compiled the Integrated Mental Health Rehabilitation Service Manual to set industry standards. Works created by rehabilitators were exhibited at the Expo 2025 Osaka Kansai. The program has served 13,980 person-times in total, won the Excellence Award at the Chengdu-Chongqing Twin Cities Entrepreneurship Pioneer Competition for Persons with Disabilities, and its related research projects received the First and Third Prizes of Chongqing Civil Affairs Policy Theoretical Research Awards. This paper sorts out practical achievements, aiming to provide a "Liangjiang Model" for policy optimization and discipline development in universities.

**Keywords :** community rehabilitation for people with mental disorders; integrated mental health rehabilitation initiative; art therapy; rehabilitation through employment; standardized construction

作者简介: 罗玉华(1972—),女,汉族,河南清丰人,本科,客座教授,国家二级心理咨询师,中级社工师,重庆市精神障碍社区康复服务专家委员会成员。长期从事应用心理学与精神健康社会工作的跨学科实践,专注于精神障碍患者社区康复服务模式创新、艺术疗愈的本土化应用与推广,以及“精康融合”背景下社区心理健康服务体系标准化建设。  
单位: 重庆两江新区逸航青少年工作发展中心,重庆,邮编: 400020。

## 引言：从政策先行区到全国示范田

2021年8月，在原两江新区社会保障局的行业指导下，现由两江新区民政局、翠云街道大力支持，重庆两江新区逸航青少年工作发展中心承接运营的“渝康家园”项目，已成长为新区重点打造的精神障碍社区康复民生工程。项目自落地之初，便确立“精准入户、全域覆盖”的服务原则——通过“电话回访+入户家访”立体化摸排机制，确保辖区124名在管精神障碍康复者全部纳入服务视野，服务覆盖率达100%。同时，项目前瞻性地将“艺术疗愈”确立为核心方法论，比国家层面全面部署“精康融合行动”（2022年底）更早，为后续政策落地提供了宝贵的基层实践依据。

五年深耕，项目从单一社区试点成长为辐射全区8个街道的区级康复中心，形成“精准识别—艺术疗愈—行为转化—职业赋能—社会融入”的全链条康复路径。2023年7月，民政部社会事务司司长王金华现场调研时给予高度评价，认为此项工作“走在全国前列”，项目同年成为市级首批联络指导点。2025年，康复者手作亮相大阪世博会，标志着“两江经验”走向国际。

## 一、顶层设计：建立系统支持体系

项目采取“六方协同”的方式（部门—街道—社区—网格—社会组织—家庭）进行考核、扶持、介入的闭合圈，“五方联动”的生态链（慈善+医疗+社区+社工+家庭）联合重庆心理学学会、四川美术学院、三甲医院等多种学科的力量支持艺术疗愈。

在精细化管理方面，项目建立了“一人一档”的动态跟踪服务体系，在全市范围内率先启用精神障碍社区康复智能化信息系统，对康复人员进行“红黄绿”三色分级分类管理：重点人员每周电话回访，每月上门家访；一般人群每季度回访一次。做为全区督导单位编制《精康融合服务手册》，将测评、上门服务、干预措施、转介全流程规范化，为全区开展“精康融合行动”提供可借鉴的工作思路。

## 二、特色深耕：用艺术疗愈打通情感的通道

### （一）非言语表达的疗愈价值

项目组在多年实践中发现精神障碍康复者存在语言表达受到限制、情绪感知钝化等现象，传统的谈话干预效果不明显。艺术疗愈凭借其高安全性，借助心偶、萨克斯、鼓点等非言语媒介，既避免了言语表达的压力，又在潜移默化中打开通往内心的通道。艺术活动为康复者营造了层层递进的内心成长轨迹——从发现到觉醒，从理解到接纳，最后完成自我的成长。在安全的艺术氛围中，康复者开始察觉被日常生活所掩盖的感受和身体感觉；当色彩、形状与音乐的律动交织呈现，那些被压抑的创伤或许会在某个瞬间悄然释怀；继而，我们探寻情绪的本源与意义，学会接纳不完美的自己，外在便焕发出生命力的蓬勃。这一“发现—顿悟—理解—接纳—成长”的历程，正是艺术治疗的真谛所在。

### （二）沉浸式疗愈空间与多元实践

项目持续深耕艺术疗愈，系统引入心偶小物件、陶艺、非洲鼓、空灵鼓等非言语艺术的形式，依托江碧波美术馆的优质资源，开发年画、“向阳”陶艺、香薰蜡烛等非遗疗愈课，带领康复者进入大自然收集鹅卵石、秋叶、野花转化为贴画、自然装置等，以自然为媒介，以创作的方式让艺术表达回归本真状态。

项目基于色彩心理学的理论首创沉浸式的疗愈空间，打造全国首个“情绪解码空间”。在270平方米的家园中请川美师生绘制

《星空》《向日葵》等治愈系墙画，打造“薄荷绿治愈色系”的墙面，并设置农疗种植区、37℃小剧场、钴蓝焦虑溶解火锅、梵高治愈餐厅等13个功能区域。康复者在此共同原创诗歌《我心中的色彩》和《在废墟上长出的花》，使得这个空间成为情绪疏导和艺术表达的疗愈地。

### （三）表达性疗愈体系

针对康复者语言表达受限特点，项目构建以音乐、手作、躯体律动为核心的表达性疗愈体系。每周常态化开展非洲鼓、空灵鼓等团体服务，节奏成为无需翻译的通用语言，让退缩心灵在共鸣中感受“被接纳”的安全。该模式获各级民政部门高度认可，非洲鼓、空灵鼓等器材已向全市各区县“渝康家园”推广配置，成为重庆市精神障碍社区康复标配器材。非遗手作课程通过拓印、调香等沉浸式创作，以心流体验替代焦虑空洞。项目创编“饺子操”“艾叶操”等趣味律动，结合食疗、香疗与躯体觉察，构建“觉察—整合—表达”立体疗愈链路，以低门槛、高趣味方式激发参与意愿。

在此基础上，项目开展具有“5H”特色的艺术疗愈空间主题活动，涵盖健康、希望、心灵、技能、家园五大方面。其中通过“时空回响”的博物馆探索活动与“音为有你”梵音疗愈乐团，进一步增强艺术疗愈在情绪表达和社会融合维度的实践。

### （四）国际舞台与照顾者支持

2025年，康复者手工制作香薰蜡烛和拓印年画于日本大阪世博会亮相，向世界展现中国精神障碍社区康复的探索与温度。同时，项目聚焦照顾者群体的身心耗竭困境，推出以果香冥想、石头彩绘、蔬菜拼贴为内容的三大递进式艺术疗愈小组，分别对应自我觉察、情绪纾解、关系重建三个层次，最终形成“康复者—照顾者”双向互助的良性闭环。

## 三、行为转化：从“网购成瘾”到“价值创造”的精准干预

在入户逐一摸排时发现，一定数量的康复者产生“网购成瘾”行为，这是社交退缩、现实联结薄弱造成的。康复者通过网购得到短暂的情绪补偿，却增加了家庭压力且加剧逃避回路。

针对这一痛点，项目开展具有创新性的“行为转化三部曲”：第一步：准确识别与评估

通过入户访谈、消费记录分析、量表评估，鉴别出5名中度及以上网购成瘾倾向康复者以及7名同倾向者，收进重点个案。

#### 第二步：替代性行为设计

通过非遗手作“专注创作”的特性，引导康复者将精力转到香薰蜡烛、拓印年画等手工制作上，以心流体验及成就感替代网购所带来的即时满足。同步设置“账房先生”“活动助理”“入户走访员”“收银员”等半庇护岗位，例如收银员岗位一比一复刻现实超市收银场景，全流程仿真实地操作。截止目前，已有3名康复者顺利回到社会超市，实现稳定就业。

#### 第三步：价值转化中心

项目推进过程中，“源直播”助农平台邀请康复者参与乡村振兴直播带货，助力其从“买货之人”转变为“卖货之人”。康复者在推介农产品的同时，穿插讲述个人康复故事，累计创造销售额逾3.8万元。此外，“成·时光照相馆”由康复者自主运营，承接社区活动跟拍及证件照等服务。其中，2位康复者在社区摄影比赛中分获二、三等奖。

转化成效：截至2026年6月，23名参与转化康复者的日均网购时长减少76%，家庭月均非必要消费支出减少500—1000元；6人当上常驻主播，3人进入照相馆开展轮岗，照相馆服务收入1.3万余元。

创新延伸：此项目在全国首次引进专业拍卖师，举办康复手作和乡村振兴农产品公益拍卖，形成“记录—展示—评选—拍卖—捐赠”的可持续公益模式，开创精神障碍社区康复和专业拍卖行业融合的范例。

### 四、模式突破：从“艺术疗愈”到“康复即就业”

项目全国首创“康复即就业”的理念，把艺术疗愈与行为转化的成果推向市场，完成了由“作品”到“产品”再到“商品”的价值跃升。

#### （一）实体载体

项目运营“爱尚食府”餐厅与“渝香愈”香薰蜡烛工坊两家实体店面。康复者从制作一碗豆花饭，或调配一款香薰蜡烛的香氛起步，在真实的工作环境中逐步恢复社会功能。两家店面的日常运营，为康复者提供了完整的职业体验与丰富的社交场景。

#### （二）就业闭环

联动爱心企业开发快递员、保洁员、小区物业管理员等临时性的工作岗位，制定“康复鉴定—岗位匹配—在职培训”一体化的服务流程。截止到2026年6月，已有19位康复者顺利入职（平

均每人每月增收300—1200元），36人得到半庇护性的工作机会，完成从“被服务者”到“劳动者”的身份转换。

#### （三）公益闭环

顺利开展全国首个在渝康家园进行的义卖活动，聘请专业拍卖师对康复者手工艺品及乡村振兴帮扶产品进行定期拍卖，形成“记录—展示—评选—拍卖—捐赠”的公益闭环系统，不但得到了经济收益，也获得了社会尊重。

### 五、精准干预与成效价值

#### （一）精准个案管理

项目坚持“一人一档、个性化定制”，为38位重点人建立档案管理制度，联合精神科医生、心理咨询师、爱心企业等组成的跨学科团队，根据不同的个体，制定职业康复、家庭治疗、用药管理等一系列的方案。个案管理是提高精神障碍康复者康复效果的重要方式。

#### （二）照顾者支持

针对照顾者群体的身心耗竭困境，项目组织果香冥想、石头彩绘、蔬菜拼贴三大递进式艺术疗愈小组，分别聚焦自我觉察、情绪纾解与关系重建三个维度，构建起“康复者—照顾者”双向支撑的关爱闭环。同时，项目在社区内开展普法讲座、健康宣讲、专家义诊等系列宣传活动，将社区支持率由原来的27%显著提升，有效缓解了社会偏见与污名化现象。

#### （三）服务成效与社会影响

五年来，项目累计服务13980人次，康复者焦虑水平显著降低，家庭护理压力有效缓解。项目荣获成渝双城残疾人创新创业大赛优胜奖；民政部部长詹成付到访调研，委托撰写的课题《精神障碍人士病因溯源及防治研究》获重庆民政政策理论研究课题三等奖。项目模式获民政部多次表扬，并被确立为市级首批联系指导中心。此外，康复者手工艺品亮相日本大阪世博会，首次向全球展示中国精神障碍社区康复的实践成果与人文温度。

#### （四）行业贡献

项目于2021年率先试点的“艺术疗愈+社区康复”模式与“网购成瘾行为矫正”方法，为国家2022年底启动的“精康融合行动”提供了切实可行的解决方案。五年来积累的完整个案资料、课程大纲、场所设计规范及半庇护式岗位操作规程等系统性成果，可广泛应用于高校“艺术治疗”“医务社会工作”“行为成瘾矫治”等课程的教学实践与案例库建设。

### 参考文献

- [1] 民政部，国家卫生健康委，中国残联. 关于开展“精康融合行动”的通知 [Z]. 2022-12.
- [2] 陈静，刘丽.“精康融合行动”背景下社区康复服务标准化研究 [J]. 社会工作，2023(2):45-52.
- [3] 周佳音，章蕾，刘静茹，等. 团体绘画艺术治疗在精神分裂症患者康复中的应用机制、方法与展望 [J]. 重庆医学，2025，54(2):532-537.
- [4] Qiao L, Zhu B, Liu P, et al. The Effectiveness of Art Therapy on Adults With Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis[J]. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 2026.
- [5] 何佳荣. Healing potential of art therapy: a neuro-psycho-cultural mechanisms in mental health[J]. Frontiers in Psychology, 2026.
- [6] 世界卫生组织. 世界精神卫生报告：向人人享有心理健康服务转型 [R]. 日内瓦：世界卫生组织，2022.
- [7] 张云淑，杨云龙，刘铁榜，等. 医院、社区及家庭精神康复模式的研究进展（综述）[J]. 中国健康心理学杂志，2023，31(7):967-971.
- [8] 重庆民政政策理论研究课题组. 两江新区“精康融合”行动规范化建设的实践探索与优化路径 [R]. 重庆民政政策理论研究课题（一等奖），2025.
- [9] 李敏，王雪，孙晓宇. 艺术疗愈介入社区严重精神障碍患者康复的实践路径 [J]. 中国民政，2024(8):36-40.
- [10] Zhang Y, Li M, Wang H. Community-based Mental Health Rehabilitation Under the Integration of Psychiatric Care and Rehabilitation in China[J]. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2025,22(3):1892.