

基于艺术疗愈功能的虚拟空间情境研究

陈亮

(福州大学至诚学院, 福建 福州 350000)

摘要: 随着科技的不断进步发展, 艺术疗愈为心理服务的发展提供了新的思路与创新的方向, 通过多元的艺术作品创作、解读, 能使得受疗愈者的心理与情感得到有效治疗。虚拟现实技术的融入打破了艺术疗愈的时间与空间限制, 交互式、沉浸式治疗改变了传统的模式, 开创了新的方向。基于此, 本文将围绕基于艺术疗愈功能的虚拟空间情境展开研究。

关键词: 艺术疗愈功能; 虚拟空间; 情境; 研究

虚拟现实技术与艺术疗愈的结合会为心理治疗行业带来技术方面的革新, 也会产生更多的应用价值, 需要重视起新技术与新理念带来的变化, 探索未来的发展道路。

一、艺术疗愈概述

艺术疗愈及艺术治疗, 是融合了艺术与心理学的学科。艺术疗愈以艺术为媒介, 通过对艺术的创造性过程的体验, 改善受疗愈者的心理与生理健康状态。艺术疗愈能够通过艺术媒介与艺术创作, 实现对个人的发展、能力、个性、兴趣的反思的服务。受疗愈者与治疗者、艺术创作三个主体相互作用, 能够实现某种解决情绪问题、实现精神康复的作用。常见的艺术疗愈方法有绘画、音乐、戏剧、舞蹈、沙盘等艺术形式, 艺术疗愈最早起源于西方, 我国的相关领域研究开始于 90 年代, 在教育、医疗、心理辅导、精神疾病辅助疗愈等领域都得到了应用与发展。随着社会的发展艺术疗愈逐渐被大众所了解、应用到心理服务领域, 成为了互动交流、疗愈评估的重要途径。

二、虚拟艺术疗愈的必要性分析

科技的发展导致了艺术疗愈的形式改变, 虚拟现实技术应用于心理治疗领域, 也能够为心理治疗领域的发展开创了道路。虚拟现实技术凭借虚拟技术与自身的沉浸性、交互性的优势, 在艺术疗愈方案之中得到了更多的应用。虚拟现实技术与艺术疗法结合逐渐被应用于治疗心理问题, 如创伤应激、恐惧症、自闭症、障碍等症状。虚拟现实技术也能够为心理治疗提供可能性。通过虚拟现实技术, 能够对患者的创伤空间进行还原, 治疗者也可以进入虚拟创伤空间, 感受患者的内心世界。首先, 虚拟构想的疗愈空间是非物质性的, 并非客观存在, 这类构想的空间是模拟现实与超现实的非真实存在的场景, 具有不确定性。虚拟艺术空间会还原受治愈者的创伤情境, 使其在创伤环境中获得治疗。同时, 也能够突破原有的认知范围、时间空间的限定, 受疗愈者的创伤、治疗场景都需要进行设计, 实现真实与虚拟的融合。其次, 沉浸式的疗愈空间能够使受疗愈者身心得到放松, 融入进虚拟艺术环境之中, 获得良好的体验感。以往的艺术疗愈方法会在治疗的过程中由治疗师对患者进行引导, 使患者进行回忆, 但在虚拟艺术疗愈中, 受治疗者要以视觉与思维为媒介, 融入虚拟环境, 保持感知活动与表达, 实现更加充分的情绪表达。这种身临其境的感

觉能够活跃受疗愈者的思维, 使其全面化的投入虚拟疗愈空间之中, 实现更加高效化的治疗效果。再者, 交互模式的应用能够提高受疗愈者的体验, 使其获得空间的反馈, 有利于增强疗愈的效果、达成疗愈的目标。交互模式分为人与人间的交互与人机间的交互, 人与人的交互主要表现在治疗师会与受疗愈者建立关系、展开换位思考, 进而还原受创伤的空间, 人机交互则表现在受疗愈者可以通过触觉把握, 感受物体、触碰虚拟空间中的物体, 获得实时反馈, 进而增强疗愈的实际效果。

三、虚拟空间在艺术疗愈中的发展

虚拟空间设计通过计算机技术与虚拟现实技术的结合, 对真实或虚拟环境进行模拟, 心理治疗中, 对虚拟空间的设计能够提供较为安全的、可控性较强的环境, 进而辅助用户对情绪的处理。随着心理疗愈技术的进步, 虚拟空间设计在艺术治疗领域不断发展, 受到了更多关注, 虚拟空间技术能够通过更多方式实现艺术疗愈效果, 例如艺术产品的欣赏、艺术创作、艺术表达、艺术体验等。具体来说, 用户在虚拟空间中可以创作艺术作品、获得美感体验、欣赏艺术如绘画雕塑等, 艺术交互体验能够缓解用户的心理问题, 为用户提供更多体验。对虚拟空间的设计也有着更多的发展思路如增设导览员、增加交互缓解等, 从多个方面为用户增添艺术体验。虚拟空间的艺术疗愈发展前景较为广泛, 具有较大的发展潜力。艺术疗愈是强调表达的治疗方法, 其重点在于患者的感受与疗愈本身。艺术心理治疗正处于发展阶段, 艺术疗愈逐步适应着对于全年龄段人群的交流与疗愈, 向着心理治疗的主要手段发展。

艺术疗愈还处于新兴的阶段, 随着虚拟技术的发展与演变, 艺术疗愈能够有效借助虚拟技术发挥出更多可能性, 艺术创造性与多维性会得到表现。

四、基于艺术疗愈的虚拟空间情境创造

虚拟现实技术空间设计与场景体验都需要在人机交互的实践作为基础, 动觉装置会作为较为有效的载体。用户在体验的过程中, 通过交互能够缓解压力、为疗愈师的数据收集提供支撑。疗愈师则会观察用户的活动并分析用户的情绪、压力, 针对性地进行心理疏导, 提高疏导的效果。

首先, 运动装置的设置是治疗手段之一, 艺术疗愈过程中, 人机互动过程中情感的表达也是一种重要的形式。互动装置与艺术效果的结合, 会干预患者的治疗、增强个体与机能的认知平衡, 艺术疗愈应当针对性的舒缓受疗愈者的情感。动觉装置通过身体感受、情感表达、认知能力的调整, 实现身心的感知平衡, 音乐、舞蹈、其他身体的表现形式, 都能够通过将内在的情绪进行转化, 感受自身的精神状态。运动装置的目的是帮助人们建立起更加健康的心理状态, 通过音乐与舞蹈等元素, 人们能够深入了解自身的情绪与状态、寻找到平衡或治疗。在艺术疗愈的领域中, 部分

疗愈对象的语言表达困难,也可以通过艺术创作来了解自身的状态、进行感知方面的训练,提高手眼协调能力、促进身心发展。虚拟空间的情境设计需要根据用户的感官与体验进行调整,以艺术语言为媒介,对感官印象的表述、虚拟空间的颜色、材质、属性等因素,都能够向用户传达不同的含义,艺术疗愈需要使疗愈师与使用者实时交流,建立医患间的联系。

其次,对艺术空间的再造是能够将艺术元素融入进建筑设计中的方式,常见于在艺术家与建筑师、设计师等各领域专业人士的合作中。对空间艺术再造,能够使用户获得放松、减轻压力,提供疗愈的效果,疗愈空间的设计往往会融合较多舒适的环境,帮助人们放松身心、减轻压力,例如融合水、植物、柔和的光线等元素。或者基于虚拟技术的互动艺术空间也能够利用自身的互动性、数字化特点,创造出具有创意的空间。医疗企业也开始了VR医疗设备与方案的开发,向对患者提供个性化定制的方向展开工作。

五、基于艺术疗愈功能的虚拟空间情境的形式与途径

(一) 虚拟空间与沉浸式感知的融合

虚拟空间中,沉浸式的感知是虚拟空间发布指令的主体,也是虚拟场景体验的主要构成。虚拟环境中使用者处于较为虚幻的世界之中,空间存在随之产生,空间存在通过动态化的形成过程,能够使使用者在虚拟环境中产生自身身临其境的主体意识,进而在虚拟空间中获得自身的定位,熟悉媒体环境或触发隐藏的可行性行为。根据空间存在的原理进行分析,虚拟环境中,个体会对自身的感知能力进行评估,个体的自身因素与感知力是影响空间存在的重要因素,在正确的指导下,需要虚拟空间进行情境外延,完善虚拟空间的各类缺陷,促进虚拟空间情境的完善化构建。虚拟空间的沉浸式外延情境不仅体现在生理与心理层面,用户体验也会获得一定的提升,在原有的基础之上,对虚拟场景的重新塑造,能够促进虚拟空间的感官体验外延到现实世界,促进虚拟空间与感知的沉浸式融合。社会逐渐进入到信息时代,虚拟技术所带来的感官技术是当下以人为本设计需求下最为重要的融合重点,为保障用户体验,需要延伸用户的感官,促进人的身体机能、知觉保持平衡。艺术活动天然具备疗愈的功能,虚拟空间的融合也是现实与虚拟世界的融合,虚拟体验与实际情感间的沟通与连接。随着科技的发展、虚拟市场的扩大化使得用户需求不断扩展,在互动的基础上,视觉与场景的需求不断细化,在互动的前提下,场景真实感不断提升。在科技数据的基础上,对现实世界进行仿真技术的应用,先生成虚拟空间,在科技的基础上也要融合更多元的技术,获得更多来自用户的反馈信息。

(二) 多元化的疗愈介入方式

虚拟现实技术逐渐被应用到心理治疗的各个领域之中,利用虚拟现实技术创设虚拟环境也能够缓解焦虑、恐惧等方面的疾病,例如结合行为治疗方法,激发人体的应激反应,达到疗愈的目标。受疗愈者会在特定的环境中直面恐惧与焦虑的场景,通过虚拟艺术空间反复触发环境、使其逐渐克服恐惧,减少不良心理问题。首先,以对恐高症的治疗为例。通过VR技术搭建恐高的虚拟空

间环境,例如高楼大厦、玻璃栈道、高山索道等,通过艺术方面的渲染,使得情境更加真实,在结合脱敏疗法、暴露疗法,对恐高症患者进行治疗,能够有效使得部分恐高症患者的症状得到改善。虚拟情境空间相较实际的空间,会保障受疗愈者的安全,节省治疗成本与治疗时间,同样也能够获得良好的效果。其次,以对焦虑症的治疗为例,焦虑症作为当下较为常见的心理方面疾病,在青年群体中的发生较多,虚拟艺术治疗能够为受治疗者提供具有针对性的虚拟空间,模拟安全、真实的治疗环境。例如,可以应用虚拟空间技术模拟工作现场、面试会议、集会现场等,情境设计中,虚拟人物可以与受治疗者进行互动,治疗者在旁边展开辅助,帮助患者改善能力、纠正患者。

(三) 多样化的疗愈空间设计

通过对虚拟疗愈方式进行整理分类,大致能够被分为观赏型疗愈空间、社交型疗愈空间、娱乐疗愈空间几个类型。观赏型疗愈空间主要以艺术欣赏为主,展开心理疗愈,减少了时间空间上的限制,能够舒缓受疗愈者的心理压力。可以设计实景游览、虚拟艺术展厅、冥想界面,提高用户的情感体验,有效减轻患者的生理或心理方面的痛苦,缓解心理问题。社交型疗愈空间情境可以增加人与社会的联系,解决使用者对社交参与度方面的问题,通过对虚拟社交场合的创设,能够针对人们的回避意识、社交困难进行辅导,针对性地改善其他不良心理问题。社交型疗愈空间情境主要针对情绪的抒发与认知方面的训练展开疗愈,适用于孤独治疗,能够使患者循序渐进地接受复杂事物,也会提高安全性,有效解决患者的心理困难。娱乐类的虚拟疗愈空间则更加关注通过游戏对用户的思维进行锻炼,使得患者的注意力集中,如通过游戏刺激用户的感官,治疗其心理问题。游戏过程中,身体感知、环境交互能够使用户获得更加直观逼真的空间感受,进而产生沉浸感,增强用户的动机。

总而言之,虚拟疗愈空间属于新的研究领域,随着虚拟现实技术的应用越来越广泛,虚拟技术在疗愈方面的应用会逐渐突出。技术的研究大部分放在了空间的建构技术之上,虚拟空间的特殊属性能够使得人与物都成为信息传递的媒介,艺术手段与虚拟空间相结合,能够实现更加多元的探索。

参考文献:

- [1] 朱佳倩. 基于虚拟现实的平衡心理治疗辅助治疗惊恐障碍的疗效研究 [D]. 东南大学, 2021.
- [2] 胡燕, 李凭轍, 王静, 雷劭睿. 虚拟现实曼陀罗绘画治疗系统的设计 [J]. 艺术生活 - 福州大学学报 (艺术版), 2020 (03): 23-27+22.
- [3] 陈鹏, 贾锐, 李雪洁. 探索虚拟现实影片在大学生心理咨询辅助治疗中的作用 [J]. 包装与设计, 2018 (03): 108-109.
- [4] 刘毓婷, 姚文婷. “非语言沟通”——艺术疗愈介入当代大众的心理重建 [J]. 青春岁月, 2023 (06): 72-74.
- [5] 陈洁. 艺术疗愈视角下留守儿童亲子互动APP界面设计研究 [D]. 武汉纺织大学, 2022.