

社区营造中的积极设计方法应用探究*

Research on Applications of Active Design Method in Community Construction

李洁¹, 孙卫国², 赵奕楠³, 林广思⁴

LI Jie, SUN Weiguo, ZHAO Yanan, LIN Guangsi



开放科学(资源服务)

标识码(OSID)

[本文引用格式]

李洁, 孙卫国, 赵奕楠, 等. 社区营造中的积极设计方法应用探究[J]. 南方建筑, 2022(4): 39-45.

LI Jie, SUN Weiguo, ZHAO Yanan, et al. Research on Applications of Active Design Method in Community Construction[J]. South Architecture, 2022(4):39-45.

摘要 当前我国城市发展进入存量阶段, 社区更新成为城市发展的新动能, 提升居民的幸福成为社区营造的重要目标。物质空间环境的提升可以增加居民短期的愉悦, 而积极心理学认为“设计”幸福应存在多样性和更多的可能性, 以期对个体更长期的主观幸福感产生影响。从心理学的角度出发, 首先对积极心理学相关理论进行梳理, 归纳总结出影响人主观幸福感的7个因素, 包括自我接纳和认同、被需要和认同、环境掌控、与他人的积极关系、机能主动、生活目标和自我价值。其次, 探究积极设计的特征并对案例进行分析, 在社区营造中总结出基于积极设计的干预程序, 依次为共情介入、寻找可能性、设计可能性和反馈与评价。最后, 根据影响人主观幸福感的因素构建积极心理干预矩阵以及提出干预策略: (1) 创造平等的交往空间; (2) 建立人与环境的关联; (3) 创造与美好事物的关联性; (4) 提供富有弹性的媒介; (5) 提供一种延续性。研究成果为以提升居民主观幸福感为目的的社区营造及公共空间设计提供介入方法和实现途径。

关键词 风景园林; 积极心理学; 主观幸福感; 积极设计; 社区营造

*** 基金项目** 广东省研究生教育创新计划项目研究生示范课程建设项目(2017SFKC04): 风景园林规划与设计; 广东省基础与应用基础研究基金自然科学基金面上项目(2019A1515010483): 公园绿地潜在使用者的健康认知习得和健康行为发生机制研究。

中图分类号 TU984.12

文献标志码 A

DOI 10.3969/j.issn.1000-0232.2022.04.006

文章编号 1000-0232(2022)04-0039-07

作者简介 ¹ 硕士研究生; ² 讲师; ³ 硕士研究生; ⁴ 教授, 通信作者, 电子邮件: asilin@126.com; ^{1&2&3&4} 华南理工大学建筑学院、亚热带建筑科学国家重点实验室

ABSTRACT Today, urban development in China has entered the inventory stage, and community renewal has become a new driving force of urban development. Enhancing the happiness of residents is an important goal of community construction to meet humanisation and health pursuits in the new era. Physical space environmental improvement can boost the short-term happiness of residents. Positive psychology believes that the ‘designed’ happiness should have more diversities and possibilities, affecting people’s long-term subjective happiness. From the perspective of psychology, seven factors may influence people’s subjective well-being. They were summarised first by reviewing positive psychology and the related

theoretical subjective well-being, psychological well-being, social well-being, and self-determination theories. These seven factors include self-acceptance and identity, being needed and identified, environmental control, positive relationships with others, functional initiation, life goals and self-values.

Second, the active design targeting improving subjective well-being was explored. The characteristics of the active design were summarised through a case study of applications of active design in industrial design: Active design is possibility-driven, emphasising the observation process and having a deep concern about the virtue of humanity.

Third, entry points and the feasibility of the active design program migrating to community construction were explored through Mr He Zhisen’s ‘Scene of Construction: Vegetable Market is an Art Museum’. The intervention program of the active design in community reconstruction was summarised, including empathy intervention, searching for possibilities, design possibilities, and feedback and evaluation.

Finally, five intervention strategies were proposed according to the influencing factors of subjective well-being: (1) creating an equal communication space, (2) building associations between the person and the environment, (3) creating associations with beautiful things, (4) providing elastic medium, (5) providing a continuity. A positive psychological intervention matrix was built using five intervention strategies, targeting seven influencing factors of people’s subjective well-being. Further, the design’s potential endpoints and pathways were highlighted to provide entry points to stimulate designers to adopt open and systematic methods to simulate possible diversities. The subjective well-being of residents can be improved accurately through space construction and intervention. This study hopes to propose some intervention methods to guide public participation and pathways to improve residents’ subjective well-being through space construction. Research conclusions can provide theoretical references to community construction and public space design to improve residents’ subjective well-being. They all have important practical significance to promote individual health and social harmony.

KEY WORDS landscape architecture; positive psychology; subjective well-being; positive design; community construction

引言

目前,我国城市发展逐渐由增量进入存量阶段,社区更新对城市公共空间品质提升的意义逐渐凸显。面对新时代背景下人性化、健康化诉求,社区更新也遇到了新的挑战。现代人在满足物质需求的同时,也面临着贫富差距快速扩大、社会公共资源分配不均等一些更为深刻复杂的社会问题,随之而来心理压力的增加导致人们易产生疏离感和孤独感,难以建立信任、亲密的社会关系,因此许多社区也成为城市空间中的“孤岛”。近年来,越来越多的专家学者意识到社区更新不仅是“物”的建设,更是一个全新的“共建、共治、共享”的社会运动,目的为建成一个有场所认同感、人文关怀的“大家庭”^[1],这与强调公众参与的社区营造不谋而合。与此同时,设计师和学者们也从社区活动的组织方式与治理模式等多个不同的方面对社区营造进行实践与研究^[2,3]。如何吸引并引导居民进行公众参与、有效提升居民的幸福感知,使社区营造已经变成一个综合性的社会问题,需要基于多学科视角进行综合研究。

研究表明幸福感知会影响人的行为和认知,如幸福感知高的人将会更加积极地参加社会活动,并且更活跃、更利他^[4]。本文研究的主观幸福感知更强调主观的积极心理体验而不是外在条件的客观事实体验,其作为一种积极的情绪是积极心理学研究的一项重要内容^[5],积极心理学希望通过一定的干预方法,有计划地对特定对象的心理活动施加影响,使之朝向积极的心理状态转变。在此影响下,临床心理学领域也开始重视如何利用环境要素激发积极行为,如园艺疗法论、沉浸理论和具身认知论等^[6],但目前学者在社区研究层面主要将主观幸福感知作为评价量表,探究建成物质环境(如噪音、空气污染、绿地率等)以及宏观规划因素(交通可达性、人口密度等)与其之间的关系^[7,8],较少以心理学角度出发在社区营造及设计方法层面进行研究。本文深入心理学领域,探寻以积极心理干预为导向的社区营造策略与方法,关注个体的积极体验,使社区居民在面对社会危机和心理压力时能做出很好的回应,对于促进个人健康和社会和谐都具有重要实践意义。

1 基于积极心理学的积极设计

1.1 主观幸福感的七个影响因素

1946年世界卫生组织(WHO)成立时在它的宪章中就将健康定义为“一种完全的身心健康状态,而不仅仅是没有疾病或虚弱的状态”^[9],积极心理学(Positive Psychology)与以人的痛苦及其治疗为中心、专注于病理的传统心理学方法相反,是研究人类的力量和美德等积极方面以及怎样使生活更加富有意义的一个心理学思

潮^[10],它要求心理学家用一种更加开放的、欣赏性的眼光去看待人类的潜能、动机和能力等以及如何发挥最大程度的潜能去获得幸福感知^[5]。在积极心理学领域,关于幸福感的讨论一直是研究重点,主观幸福感知、心理幸福感知、社会幸福感知和自我决定理论分别从不同的角度探索了幸福的影响因素。

幸福感知是一种心理体验,它不仅是对客观的生活条件和所处状态的一种事实判断,也是对主观的生活感知和满意程度的一种价值判断。前者属于客观幸福感知,后者属于主观幸福感知。两者既相互独立,又互相影响^[11]。主观幸福感知为积极心理学的一个重要研究领域,指评价者根据自定的标准对其生活质量的整体性评估,主要侧重于测量长期而非短期情感反应和生活满意度,这是一个相对稳定的值^[12]。现有证据表明遗传因素占比大约为50%,此为恒定值;而周边环境约占10%,虽然该因素短期内会引起情绪波动,却会随着时间的推移回归稳定值;有多达40%是意向性活动(Intentional Activity),成为干预长期幸福感知最有希望和效果的手段^[13](图1)。

“意向性活动”是指人们可以自主选择地、有意识地参与活动或进行思考,这可以使人感到持续的幸福。这就意味着,在社区营造或社区更新中,客观的物质环境提升能够带给人们短期的愉悦,但对长期幸福感知影响不大,而通过创造居民进行“意向性活动”的机会可以持续地提升主观幸福感知。

主观幸福感知并未就具体的影响因子进行阐释,在其研究基础上,其他学者通过不同角度对积极心理学进行探索和完善。Ryff等人认为幸福不仅仅是获得快乐,还包含了通过充分发挥自身潜能而达到完美的体验。他们采用另一术语“心理幸福感知”(psychological well-being),以区别于主观幸福感知对于主观情感的过度关注,包含涉及到人自我实现的6个方面:自主(autonomy)、环境驾驭(environmental mastery)、个人成长(personal growth)、积极的人际关系(positive relations with others)、生活目的(purpose in life)和自我接受(self-acceptance)^[14]。此外,Ryan和Deci

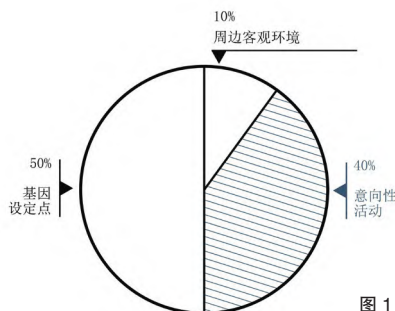


图1 主观幸福感的决定因素

的自我决定理论 (self-determination theory, SDT) 也是一个以实现论作为幸福感中心概念的理论模型, 其定义一方面包括自我实现, 另一方面试图指明自我实现的意义及途径, 提出了 3 种基本需要: 能力需要 (need for competence)、关系需要 (need for relatedness) 和自主需要 (need for autonomy) [15]。主观幸福感、心理幸福感和自我决定理论这三种理论都以个体为中心, 而随之出现的社会幸福感则更关注个体对社会的贡献和融合。Keyes 发展出具有多样化和可操作性的 5 个社会幸福感维度 [16]: 社会整合 (social integration)、社会贡献 (social contribution)、社会和谐 (social coherence)、社会认同 (social acceptance)、社会实现 (social actualization)。

上述几种理论存在显著的正相关关系。如主观幸福感的生活满意和正性情感维度与心理幸福感的各个维度存在显著正相关, 心理幸福感的友好关系与利他行为和社会幸福感的社会实现、社会贡献、社会认同以及社会和谐维度存在显著正相关。几种幸福感理论之间存在着紧密的内在联系, 层层递进而又逐渐深入 [17]。我们综合以上理论归纳总结出了影响人长期主观幸福感的 7 个主观因素, 并基于社区营造中的可应用性重新赋予其意义 (图 2):

- (1) 自我接纳和认同: 是对自我持有一种积极态度, 承认并接受自我多方面的品质。
- (2) 被需要和认同: 指能感受到他人、集体和社会尊重、需要和认同的情感体验。
- (3) 环境掌控: 指与环境建立熟悉感、信任感、与自己有关联性。
- (4) 与他人的积极关系: 即与他人有温暖、满意和信任的关系。
- (5) 机能主动: 是指能够主动选择和决定做某事。
- (6) 生活目标: 是指生活有目标, 并有一种方向感, 感觉到过去和现在的生活有意义。
- (7) 自我价值: 即能够挖掘潜力, 发现做某事有成就感, 能感觉到自我进步。

1.2 以可能性驱动的积极设计

近年来, 伴随着积极心理学的蓬勃发展, 人机交互领域的用户体验 (user experience) 超越了仅以任务为导向的方法, 将重点从产品转移到了体验, 推动了人机交互领域的发展 [18]。用户体验理论表明设计不仅可以通过创造积极的体验或愉悦的生活来促进幸福, 还可以激发人们对增强幸福感的意识, 如美好的生活和大自然等。积极设计建立在交互设计领域中的用户体验 (UX) 和积极心理学两大理论基础, 以创造和完善增加人类福祉的产品与服务为目的, 关注人的长期幸福感, 并主要应

用在产品设计领域。

积极设计是以可能性驱动的。传统设计通常是以问题为出发点, 旨在消除消极的影响解决问题, 而以可能性驱动的设计重点不是通过减少眼前的缺陷来寻找快速解决方案, 而是激励追求卓越 [19]。因此, 设计能够使人参与有意义的活动并增加长期幸福感, 帮助人们实现“心盛 (flourishing)”的状态, 这是指一种完全、高水平的心理健康的表征, 是积极的心理健康的一种高度幸福状态 [20]。例如, Gary 和 Bartosch 通过设计特殊的枕头来丰富人们在火车上的体验 [21], 这种枕头可以播放与经过风景元素相匹配的环境声音, 如当火车经过森林时, 会有类似风吹树叶的声音 (图 3)。

积极设计注重观察过程。设计师要想在活动中发现可能性, 必须基于对用户的大量观察和感受体验, 在观察中发现灵感, 捕捉用户可能的幸福愿景, 再进行分析 and 塑造积极的体验。因此, 积极设计往往是因人而异的。积极设计关注人性的美德, 帮助人们发现意义感与促进自我实现。如 G.Santokhi 和 S.Vanhoof 的概念设计《感谢鹿特丹》, 其理念是唤起人的感激之情。设计表达出这样的情景: 想象你在一个深秋的下午, 发现鹿特丹公园里许多树已经没有了叶子, 但有一棵树仍然是满的。你沿着一段楼梯旋转着到达树的顶端, 发现每一步都挂着不同语言的“谢谢”笔记——在那里你可以找到材料制作你自己的感谢信并把它绑在树上。当你想到你和城市中的其他人一样心存感激, 你不禁泛起微笑 [19] (图 4), 它提示人们心存感激并表达感激。

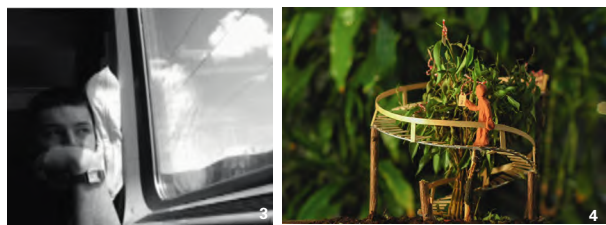
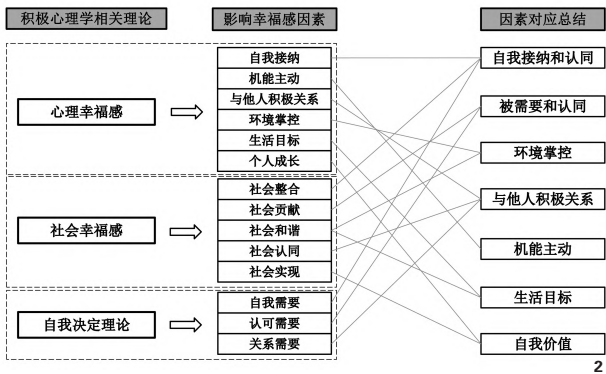


图 2 主观幸福感的 7 个影响因素
图 3 特殊枕头
图 4 感谢鹿特丹

2 社区营造中的“积极设计”

在设计领域，用户体验理论提出以愉悦为导向的设计并将重点从产品转移到了体验，展现了人机交互领域一种新的设计导向。而风景园林是为人与空间创造交互条件的学科，空间成为一定意义上的“产品”，因此积极设计在景观领域也同样具有价值。更多的是，社区可以创造人与人发生交往的空间，意味着积极设计在社区营造中将可能会产生更大的作用。目前风景园林学科还未出现积极设计的相关研究，但社区营造中的一些案例是通过提升主观幸福感从而产生了显著的积极影响，例如扉美术馆举办的系列营造活动。

2017年，华南理工大学建筑学院风景园林系教师何志森曾指导研究生开展以“营造的风景：菜市场就是美术馆”为主题的课程（图5）。一个学生小马在竹丝岗社区的菜市场给40多个摊贩的手拍了一组照片，并举办摄影展，使从未踏入过美术馆的摊贩们不仅走进了美术馆而且能够主动参与到社区活动中。我们认为设计师经过三个阶段最后提升了居民的主观幸福感。（1）共情体验：小马跟摊贩们一起生活和工作了两个月。一场大雨中，小马帮助摊贩抢救物资、搬运东西，让摊贩们感觉到了被尊重和认同，开始慢慢接受他。（2）发现可能性：当调研开始以一种特别平等的角色进行后，小马发现摊贩们手上的痕迹体现了每个人的人生轨迹和工作环境。（3）塑造体验：小马用拍照的方式将这些不为人知的故事记录下来，并把这些摄影作品放在美术馆里展览。这样，美术馆与摊贩们的关系被建立起来，他们的环境掌控力、机能主动性被激发，因此他们纷纷踏入了这个美术馆，寻找自己的“手”（图6）。展览结束后，他们把自己的“手”带回菜市场挂在营业执照旁边，这是一种对自己身份、勤劳及生命价值的认同^[22]。这个活动激发了摊主们对个人意义和人生价值的追求，并且通过这次活动，摊贩们从自己枯燥孤独的生活中慢慢走出来，和这个社区开始有了关联。这个案例是自下而上且关注于人本身心理需求的。

3 积极设计在社区营造中的干预程序

Simon Jimenez 等对于积极设计在交互和产品领域的设计框架进行了初步的探索，将设计过程总结为5步：发现可能性、选择可能性、总结共性元素、生成概念、结果评估^[23]。基于影响主观幸福感的要素、积极设计框架以及社区营造中一些成功的类似“积极设计”案例，我们提出社区营造中基于积极设计的干预可以通过共情介入、寻找可能性、设计可能性、反馈与评价四个阶段进行（图7）。与工业设计相比，社区营造是个更为复杂

的社会综合课题。在设计过程中，首先需要居民进行调研与观察，了解公共空间多方复杂的利益需求；其次更加关注于人与空间和人与人发生的互动。

3.1 共情介入

积极设计首先要求设计师们有着一种“积极”且平等的设计价值观，就意味着设计师需要拥有更强的共情能力。在确定了设计对象后，设计师们往往急于开展调研和设计，以一个外来者的身份迅速介入，有时难免会居高临下地对研究对象进行采访并得出结论。建筑评论家迪耶·萨迪奇曾感慨道：“建筑师们有朝一日终将无一例外地发现，定义自己的总是大人物们重塑世界的欲望”^[24]。设计师们不能只站在自己的立场定义设计。每个设计场地都是独一无二且有着其本身内在秩序的，设计师应走出围墙，去体验用户真实的生活、发现最平凡人群的行为动机和倾听他们的需求，这样的设计作品才能够更为包容和接地气^[25]，更好得为居民所使用。

3.2 寻找可能性

在规划设计的调查法中，设计师们常常将重点放在问题的发掘上，并针对发现的问题进行设计，这类设计具有更为直接、明确的解决方案。然而，在以可能性为导向时，人们的幸福时刻、感受与行为成为关注的重点，以微观的视角发掘可能性。这在调研的过程中存在

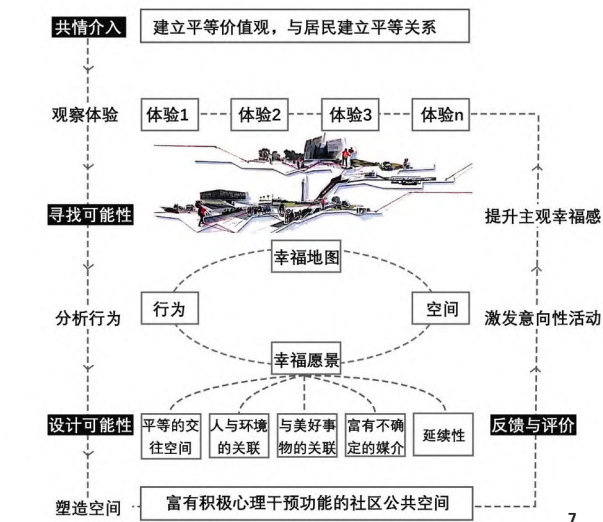


图5 “营造的风景”主题课程

图6 摊主来到美术馆

图7 社区营造中的积极干预程序

可能性不易被发掘的缺陷,且设计方向的开放性使它难以被确定。所以,在调研的过程中,对于使用者生活的了解至关重要。设计师们需要在观察人们的日常行为或深入访谈中发现可能性,这些令人幸福的情景会成为设计师重要的灵感来源。因此,访谈法与跟踪法、定点拍照法以及图术学(mapping)是推荐的方法,可以将幸福感用图示记录。如何志森所说:“建议设计师放下‘设计师’这个标签,把自己看成是‘都市侦探’(urban detective)或‘都市观察家’(urban observer)”^[26]。接着收集整理有价值的场景并探究人们进行这些活动的契机及原因,寻找设计的切入点。

3.3 设计可能性

在社区营造阶段,应紧扣如何通过空间设计提升影响人主观幸福感的七个因素,因此我们构建了积极心理干预矩阵,提出基于积极设计的五个干预策略(图8)。采用矩阵形式的主要目的是突出潜在的终点和途径,提供切入点以激励设计师采取开放的和系统的方法,激发可能的多样性,而不是一种限制性的方法。

(1) 创造一个人人平等的交往空间。正如Frye所说,社区与其说是建立某种东西,不如说是消除我们的结构,创造让人们走到一起的空间。因此,社区为传统上受限制和边缘化的人们提供替代结构(例如阶级,性别,种族)的共享空间^[27],可以通过设计手段来增加处于社会结构中弱势群体的活动和社交机会,使他们更容易产生场所认同感。其次,通过这些活动和社交个体能够从中获得情绪支持并且维持身份认同,这便是心理学理论体系中的“社会支持”,一定的社会支持和社会网络对于个体的心理健康成长具有重要意义^[28]。因此平等而又休闲的空间能够激发相遇、交往,自我意识由此得到增强。例如周子书的“地瓜社区”,面对被称为“鼠族”的地下室居民,他首先做的是将地下室的门刷成和整个楼外立面一样的颜色,并设置像居民楼一样的导视系统,模糊“地下”与“地上”的界限,使地下居民也能感受到被尊重。其次,社区中赋予新功能的公共空间如图书馆、技能交换室等可以吸引“地上居民”,促进来自不同群体的、

连续的多渠道的信息交换,个体能从中获得更多的社会支持,增加社会资本。

(2) 创造一种人与环境的关联性。个人对生活事件的控制感会增强幸福感^[29],人们往往愿意去关注和自己相关的事物和熟悉的事物,由此激发其机能主动性、提高环境掌控力和个人成就感。共同参与式的社区公共空间改造,由设计师团队与街坊共同深入探讨,共同完成对社区消极公共空间环境的微小、局部的改造。如北京老城区微花园参与式设计营造,基于对社区公共自发空间几年的观察记录,开始了与居民共同确定设计方案、共同营建的参与性设计,引导居民亲自动手^[2];再如四叶草堂的社区花园营造项目创智农园,居民主动地把自家植物带到花园与大家一起分享和动手实践,植物成为了凝聚社区空间的一个媒介。这些难度适中的、在环境中的体验活动可以使人们充分平衡“挑战”与“技巧”之间的关系,更易获得“心流体验”,即参与者被活动或任务吸引,全身心投入所产生的一种完全沉浸其中、高度兴奋充实的独特心理状态^[6]。

(3) 创造一种与美好事物的关联性。设计师可以通过“叙事”的方式唤起人们对特定美好事物及过往经历的想象与回忆。如在社区营造中可以通过特有的社区元素等唤起居民的共同居住回忆,促成场所认同和情感复愈;或创造某一场景引发人们对过往美好事物的回忆,由此唤起个人成就感和意义感,可能能够更深层次地使人们从过往成就中找到人生目标和价值。设计师应自由得掌握并运用更多元的叙事媒介,它可以是影像,甚至可以是一双手、一个微笑^[20]。获得2019年度ASLA(美国景观设计协会)交流传媒类杰出奖的作品“城市更新下的社区营造演进实践:大栅栏微更新手册”运用了一些新媒体技术和有趣的活动唤起社区共同记忆:胡同声音墙参与者可以获取照片拍摄时的声音、胡同元素手工作坊通过对胡同记忆的解构,唤起居民对胡同的集体记忆。

(4) 提供一个富有弹性和不确定性的媒介,为开展一些随机、偶然的创造可能性。人在新奇、变化的事物面前,就会在内心形成一种观察、接近、了解事物的驱动力^[31]。动态景观对人产生的吸引力来源于人们自身的好奇心,给人们带来积极的心理体验,由此激发人的机能主动性,使人产生被需要感。如一些互动装置、可移动景观家具、临时小品以及因人参与而变化的动态景观,不仅增强了空间的活力,而且为人们的停留和交往创造了条件,引发了人们的自愿活动,这些不确定和随机性就能够长期地促进人的幸福感。例如北京五道口宇宙中心广场,时间的度量通过转动的圆盘结合在空间设计上,让人们在有限的空间里感受时间的流逝和循环

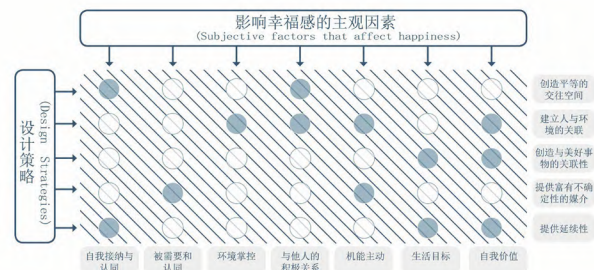


图8 积极心理干预矩阵

往复的宇宙观,产生仪式化的效果^[32],引发人们的思考。变化和动态的环境能够触发、放大和持续地促进用户的积极体验。

(5)提供一种延续性。首先,可以进行希望干预,激励、指导人们寻找或维持积极状态,这种干预的过程可以分为灌输希望、确立目标、加强路径思维、加强动力思维4个方面^[33],如前文所述的带有“任务”的“心流体验”活动。其次,可以开展有意义的活动,使社区居民增长知识或提升个人品德品质,培养个体承担社会责任并努力实现自我价值。如广州竹丝岗社区营造活动,将“无界”的墙变成一座生活美术馆,其中大部分的旧物来自于竹丝岗社区居民的捐赠,不仅加强了居民的环保意识,更在潜移默化中提升了他们的艺术审美。

3.4 反馈与评价

设计完成后,基于人们对空间的体验和使用情况,可以对设计成果是否能够提升居民的主观幸福感进行评估。首先可以使用人们幸福感提升的直接反应——微笑的频率前后对比进行评价;其次,可以通过观测某一空间人们的使用频率是否有显著提高进行侧面评估;最后,可以通过量表法,美国伊利诺大学Ed Diener教授编制的主观幸福感量表^[34],测量设计前后的使用者幸福感变化。

总结与讨论

本文对积极心理学相关理论进行梳理,总结出影响人主观幸福感的7个因素,分别为自我接纳和认同、被需要和认同、环境掌控、与他人的积极关系、机能主动、生活目标、自我价值。对以积极心理学为依托的积极设计进行理论探究及案例分析,将其迁移至社区营造中并总结出干预程序,依次为共情介入、寻找可能性、设计可能性和反馈与评价四个阶段。根据影响人幸福感的因素构建积极心理干预矩阵并提出干预策略:创造平等的交往空间、建立人与环境的关联、创造与美好事物的关联性、提供富有弹性的媒介、提供一种延续性。社区营造必将会逐渐从关注空间环境品质走向学科价值与社会意义的实现,此研究为设计师精准得为增加人民福祉而设计提供参考,激发未来的设计。

当然,作为积极心理学与社区营造及公共空间设计相结合的初步探索,在知识迁移的过程中,该实验性框架主要在相对宏观的层面上阐述了其方法论的应用,而落实到社区营造及公共空间设计的特定场景中时,仍需根据场地具体特征及调研情况进行针对性设计,普适性较弱。另外,研究设计如何影响主观幸福感的评价是非常困难的。现在常用的方法是设计前后的幸福感量表及个人评估进行对比,但由于主观幸福感的本质,评估主

要依靠自我报告,用户是否真正意识到设计干预可能带来的影响也会影响评估结果^[19]。最后,长期的主观幸福感也需要更久的时间进行后续评估。因此,积极心理学及积极设计如何在风景园林领域发挥更大的作用还需要进行更多地研究和探索,以寻找或开发更加合适的评估工具。☞

图、表来源

图1、2、7、8:作者绘制。

图3: DESMET P, HASSENZAHL M. Towards Happiness: Possibility-Driven Design[M]. Berlin: Springer, 2012.

图4: DESMET P M A, POHLMAYER A E. Positive Design: An Introduction to Design for Subjective Well-Being[J]. International Journal of Design, 2013, 7(3): 5-19.

图5:林广思拍摄;

图6:米笑.竹丝岗,一座不断生长的无界博物馆[J].建筑学报,2019(7):19-23.

参考文献

- [1] 马宏,应孔晋.社区空间微更新 上海城市有机更新背景下社区营造路径的探索[J].时代建筑,2016(4):10-17.
- MA H,YING K J.Community space micro-renewal Exploration of community construction path under the background of urban organic renewal in Shanghai[J]Times Architecture,2016(4):10-17.
- [2] 侯晓蕾.基于社区营造和多元共治的北京老城社区公共空间景观微更新——以北京老城区微花园为例[J].中国园林,2019,35(12):23-27.
- HOU X L.The micro-renewal of the public space landscape of Beijing' s old city community based on community construction and pluralistic co-governance: A case study of the micro garden in Beijing' s old city[J].Chinese Garden, 2019, 35(12):23-27.
- [3] 刘悦来,尹科变.从空间营建到社区营造——上海社区花园实践探索[J].城市建筑,2018(25):43-46.
- LIU Y L, YIN K L. From space construction to community construction: exploration of Shanghai community garden practice[J].Urban Architecture, 2018(25):43-46.
- [4] LYUBOMIRSKY S, KING L, DIENER E. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? [J]. Psychological bulletin, 2005, 131(6): 803.
- [5] 李金珍,王文忠,施建农.积极心理学:一种新的研究方向[J].心理科学进展,2003(3):321-327.
- LI J Z, WANG W Z, SHI J N. Positive Psychology: A New Research Direction[J]Progress in Psychological Science, 2003(3):321-327.
- [6] 冯晨,严永红,徐华伟.“休闲涉入”与“社会支持”——基于积极心理干预的校园健康支持性环境实现途径研究[J].中国园林,2018,34(9):33-38.

- FENG C, YAN Y H, XU H W. "Leisure Involvement" and "Social Support": A Study on the Realization Ways of a Healthy Supportive Environment on University Campus Based on Positive Psychological Intervention[J]. Chinese Garden, 2018, 34(9): 33-38
- [7] 刘晔, 肖童, 刘于琪, 等. 城市建成环境对广州市居民幸福感的影响——基于15 min步行可达范围的分析[J]. 地理科学进展, 2020, 39(8): 1270-1282.
- LIU Y, XIAO T, LIU Y Q, et al. The impact of urban built environment on the well-being of Guangzhou residents: based on the analysis of the reachable range of 15 minutes on foot[J]. Progress in Geographical Sciences, 2020, 39(8): 1270-1282.
- [8] 陈叶秀, 宁艳杰. 社区环境对居民主观幸福感的影响[J]. 城市问题, 2015(5): 60-65.
- CHEN Y X, NING Y J. The influence of the community environment on the subjective well-being of residents[J]. Urban Issues, 2015(5): 60-65.
- [9] ORGANIZATION W H. Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference[J]. 1946.
- [10] SHELDON K M, KING L. Why positive psychology is necessary[J]. American psychologist, 2001, 56(3): 216.
- [11] DIENER E, OISHI S, LUCAS R E. Subjective Well-being: the Science of Happiness and Life Satisfaction[M]. Oxford: Oxford University Press, 2009.
- [12] DIENER E. Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index[J]. American Psychologist, 2000, 55(1): 34-43.
- [13] LYUBOMIRSKY S, SHELDON K M, SCHKADE D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change[J]. Review of General Psychology, 2005, 9(2): 111-131.
- [14] 邢占军, 黄立清. Ryff心理幸福感量表在我国城市居民中的试用研究[J]. 健康心理学杂志, 2004(3): 231-233, 223.
- XING Z J, HUANG L Q. A trial study of the Ryff psychological well-being scale among urban residents in my country[J]. Journal of Health Psychology, 2004(3): 231-233, 223.
- [15] RYAN R M, DECI E L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being[J]. American Psychologist, 2000, 55(1): 68-78.
- [16] KEYES C L M. Social well-being[J]. Social psychology quarterly, 1998: 121-140.
- [17] 陈浩彬, 苗元江. 主观幸福感、心理幸福感与社会幸福感的关系研究[J]. 心理研究, 2012, 5(4): 46-52.
- CHEN H B, MIAO Y J. A Study on the Relationship between Subjective Well-being, Psychological Well-being and Social Well-being[J]. Psychological Research, 2012, 5(4): 46-52.
- [18] HASSENZAHN M, TRACTINSKY N. User experience - A research agenda[J]. Behaviour & Information Technology, 2006, 25(2): 91-97.
- [19] DESMET P M A, POHLMAYER A E. Positive Design: An Introduction to Design for Subjective Well-Being[J]. International Journal of Design, 2013, 7(3): 5-19.
- [20] 苗元江, 李明景, 朱晓红. "心盛"研究述评——基于积极心理学的心理健康模型[J]. 上海教育科研, 2013(1): 26-29.
- MIAO Y J, LI M J, ZHU X H. A Review of "Heart Sheng" Research: A Mental Health Model Based on Positive Psychology[J]. Shanghai Educational Research, 2013(1): 26-29.
- [21] DESMET P, HASSENZAHN M. Towards Happiness: Possibility-Driven Design[M]. Berlin: Springer, 2012.
- [22] 米笑. 竹丝岗, 一座不断生长的无界博物馆[J]. 建筑学报, 2019(7): 19-23.
- MI X. Zhushigang, A growing museum without boundaries[J]. Architecture Journal, 2019(7): 19-23.
- [23] JIMINEZ S, POHLMAYER A E, DESMET P M A, et al. Learning from the positive: A structured approach to possibility-driven design[C]//Proceedings of the colors of care: The 9th international conference on design and emotion, 6-7 October 2014, Bogota, Colombia. Universidad de los Andes, 2014.
- [24] SUDJIC D. The Edifice Complex[M]. New York: Penguin Group, 1997.
- [25] 何志森. Mapping工作坊: 重新解读城市更新与日常生活的关系[J]. 景观设计学, 2017, 5(5): 52-59.
- HE Z S. Mapping Workshop: Reinterpreting the relationship between urban renewal and daily life[J]. Landscape Architecture, 2017, 5(5): 52-59.
- [26] 何志森. 见微知著[J]. 新建筑, 2015(4): 31-35.
- HE Z S. recognize the whole through observation of the part [J]. New Architecture, 2015(4): 31-35.
- [27] FRYE, M. Feminism and community (edited by P. A. Weiss and M. Friedman) [M]. Philadelphia: Temple University Press, 1995: 155-160.
- [28] FLAHERTY J A, GAVIRIA F M, PATHAK D S. The measurement of social support: The social support network inventory[J]. Comprehensive Psychiatry, 1983, 24: 521-529.
- [29] ZAUTRA A, REICH J. Positive life events and reports of well-being: Some useful distinctions[J]. American Journal of Community Psychology, 1980, 8(6): 657-670.
- [30] 周子书. 创新与社会——对社会设计的八点思考[J]. 美术研究, 2020(5): 124-128.
- ZHOU Z S. Innovation and Society: Eight Thoughts on Social Design[J]. Fine Arts Research, 2020(5): 124-128.
- [31] 杨晨. 城市休闲空间动态景观设计的研究[D]. 南京: 南京林业大学, 2011.
- YANG C. Research on the dynamic landscape design of urban leisure space[D]. Nanjing Forestry University, 2011.
- [32] 张东, 唐子颖. 参与性景观——一张唐景观实践手记[M]. 上海: 同济大学出版社. 2018: 117
- ZHANG D, TANG Z Y. Participatory Landscape: Zhang Tang's Landscape Practice Notes[M]. Shanghai: Tongji University Press. 2018: 117.
- [33] LOPEZ S J, FLOYD R K, ULVEN J C, et al. Hope therapy: Helping clients build a house of hope[M]//Snyder C R. Handbook of hope: Theory, measures & application, San Diego: Academic Press, 2000.
- [34] DIENER E, SUH E M, LUCAS R E, et al. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress[J]. Psychological Bulletin, 1999, 125(2): 276-302.