



The Baring
Foundation

创意思维

英国参与式艺术与心理健康活动
初步图谱研究

撰/大卫·卡特勒 (David Cutler)

创意思维：英国参与式艺术与心理健康活动初步图谱研究

撰/大卫·卡特勒 (David Cutler)

关于巴林基金会

巴林基金会是一家致力于促进平权与包容性发展的独立基金会，关注并推动英国乃至全世界范围内公民社会的建设与发展。为此，我们充分利用基金会资源，推动弱势群体和遭受歧视的群体融入公民社会，并积极采取有效行动，以期从根源上消除社会不公与不平等的现象。

巴林基金会是英国最著名的独立资助机构之一。关于基金会的详细信息可参阅研究报告《透过50项资助了解巴林基金会发展史》(A History of the Baring Foundation in 50 Grants)——于2019年巴林基金会成立50周年之际出版。巴林基金会的资助计划主要聚焦三大领域，其中之一便是英国的艺术发展。2010年至2019年期间，基金会的资助项目重点关注艺术与老年人群体，关于该领域的详细发展情况可参阅基金会发布的研究报告《老当益慧：2010-2019英国创意老龄化发展概况》(Older and Wiser? Creative ageing in the UK 2010-2019)。自2020年起，巴林基金会将把艺术资助的关注焦点转向受心理健康问题困扰的社会群体，帮助他们更好地参与到艺术活动中。

关于作者

大卫·卡特勒 (David Cutler) 担任巴林基金会总监一职，主要负责基金会艺术项目的运营与开展。大卫撰写完成了大量关于创意老龄化的报告，其中包括2009年出版的英国图谱研究报告《艺术地老去》(Ageing Artfully)。

关于封面图

本报告的封面图由英国美术家、油画家乔治·J·哈丁 (George J Harding) 设计创作。乔治·J·哈丁目前定居于英国的布里斯托尔市，擅长创作肖像画、意象画、街头艺术壁画、树脂与有机玻璃浮雕等。在他眼中，艺术创作是一场发现与探索之旅。读者可登录网站 www.georgejharding.co.uk，了解关于艺术家的更多信息。

在此，笔者也要诚挚感谢英国贝特莱姆艺术画廊 (Bethlem Gallery) 帮助基金会联络乔治·J·哈丁。贝特莱姆艺术画廊坐落于世界上最古老的精神病治疗机构——贝特莱姆皇家医院 (Bethlem Royal Hospital) 内，致力于帮助扶持目前或曾

经在南伦敦与莫兹利NHS信托基金会 (SLaM) 接受精神疾病治疗的艺术家。详细内容请参见本报告第38页。如欲了解更多信息，可访问网站 bethlemgallery.com。

致谢

本报告由巴林基金会传播与研究专员哈莉特·罗威 (Harriet Lowe) 编辑。

在本报告调研期间，多达数百位相关人士慷慨相助，通过会议及各种通信方式与基金会开展广泛交流。在此，我们要特别感谢由下列专家组成的报告审阅小组：

来自北爱尔兰艺术委员会的洛林·考尔德伍德 (Lorraine Calderwood)；罗宾汉基金会的艾玛·德鲁 (Emma Drew)；“文化&” (Cutlure&) 机构的埃罗尔·弗朗西斯 (Errol Francis)；文化、健康与福利联盟的维多利亚·休姆 (Victoria Hume)；贝特莱姆艺术与心理健康节策划人萨布拉·卡恩 (Sabra Khan)；心理健康基金会的李·尼夫顿 (Lee Knifton)；威尔士艺术委员会的萨拉·路易斯 (Sally Lewis)；心理搏击俱乐部的诺拉·马多克 (Nora Maddock)；利兹·兰泽恩 (Liz Rantzen)；“创意苏格兰”组织的格拉姆·雷德 (Graham Reid)，以及本报告顾问丹尼尔·贝克博士 (Daniel Baker)。

目录

序	3
概述	5
引言	7
定义与语言	
报告背景	10
社会变迁	
艺术与心理健康: 发展简史	
概念框架	
不平等、多样性与交叉性	
创意型群体的心理健康	
国家政策与框架以及地方生态	
心理健康服务体系	
相关研究	
国外发展现状	
艺术与心理健康活动	29
艺术形式	
组织类型	
发展环境	
初心: 入门浅思	59
参考文献	64
附录	65
组织机构列表	
组织机构分布	

图片经(英)索尔福德“START启迪心智”组织同意转载。



序



《帮助正常人》，作者：多莉·森 (Dolly Sen)。图片版权 © Dolly Sen。

“我希望人们都能拥有创作的权利……
它足以改变人们的生活。”

多莉·森

我在伦敦出生、长大。14岁那一年，我患上了精神疾病。到29岁时，我已经在卧室里待了十多年，几乎从未踏出过房门，因为我对外面的世界和自己的内心世界都充满了恐惧，身心都被束缚了。我也曾求助于心理健康服务机构，但他们提供的帮助无济于事，反而让我的情况变得更加糟糕。30岁生日时，我再也无法忍受这样的生活，于是下定决心要么好好活着，要么结束此生。我选择了前者。为了自我救赎，我付出了很多努力，幸运的是，我发现写作和艺术等创造性活动能够帮助自己表达内心的痛苦感受。我写过关于孤独的诗歌，这让我的孤独感得以缓解。我意识到我在为自己寻找出路。如果心理健康服务机构为你指的路让你迷失、停滞不前，那你就得另寻他法，而创作就是我的出路。

就其本意而言，创造力是一种改变或创造事物的力量。举一个例子：在写《世界充满笑声》(The World is Full of Laughter) 这部作品之前，我非常厌恶我自己，毫无半点同情。其实，写作本身就是一个宣泄的过程，但我是在读自己的故事时才第一次对自己产生了同情心。艺术为我指明了道路，帮我找回自己。随着自身创作的发展和我个人的成长，艺术不仅成为了我的一种生活方式，更成为了我的事业，给了我面对世界的勇气和盾牌。这个时而丑陋的世界似乎不再那么让人难以忍受，而这世间的美好也足以拯救我的灵魂。我不能屈服，我只能创作，甚至通过创作以示反抗，因为我知道，创作能够直击人心。

在我近期组织策划的一场关于艺术与反抗的展览中,我写道:“谨以此次展览致敬我们做自己的权利,被宽仁以待、受到尊重的权利,乃至活着的权利。艺术能让我们笑对生活,激励自我、重拾信心,也能告诉有类似经历的人,他们并不孤单。”

我希望人们都能拥有创作的权利。虽然创作对每个人而言不一定是灵丹妙药,但它足以改变人们的生活。受心理健康问题困扰的群体有权通过创造性的方式来表达自己,并享受文化。正因如此,本报告才更显得弥足珍贵。

如果艺术能够让你找到回归自我的路,那么本报告就是你寻找归途的起点,其中不仅展示了通往艺术之路的诸多旅程,还以前所未有的方式探究了阻碍人们通往艺术之路的各种因素。例如,在谈及人们

走近艺术与文化的障碍以及如何帮助像我这样的艺术家继续创作时,本报告考虑了不同因素的交叉性,这一点令我倍感欣慰。

前路可期,感谢巴林基金会为我们奠定了不断前行的基础。

多莉·森

www.dollysen.com

概述

本报告介绍了过去两年间英国在艺术与心理健康领域的发展情况，旨在帮助巴林基金会筹备2020年的新资助计划。参与式艺术是基金会重点关注的领域，因此，本报告也以此为重点。本报告是关于这一领域的首份图谱式报告，列举了全英各地170余个开展相关项目的组织机构。

“心理健康”和“艺术”一直是两个颇具争议的领域，因此我们决定将该领域中容易引起争论的相关话题排除在外，如艺术疗法和失智症、自闭症等神经系统疾病。本报告在调研过程中采取了文献研究、实证搜集等方法，分别进行了40多次机构走访和电话采访，举行了圆桌磋商，并参加了相关演出和会议。

“报告背景”部分（第10页）主要介绍了近年来人们对心理健康问题态度的变化。这一部分简要概述了艺术与心理健康领域漫长而又相互交织的发展史，为涉足该领域的艺术组织提供了概念框架。在英国，尽管国家层面关于艺术与心理健康的政策非常有限，但英国各地在该领域的发展却呈欣欣向荣之势，而世界各地的相关活动也从未停止过。本报告回顾了艺术与心理健康领域相对薄弱的研究基础，也涉及了一些全局性问题，例如理解社会不平等及其对健康影响的重要基础、关于多样性和交叉性的一些问题、艺术家承受的心理压力等等。

“艺术与心理健康活动”部分（第29页）简单分为三小节内容：艺术形式、组织类型和发展环境。每节均附有案例分析及地区性、国家性活动的分布介绍。组织类型囊括了艺术机构（艺术与心理健康专业组织、参与式艺术组织、针对无家可归者等特定群体的专业艺术组织、“主流”艺术组织等）、心理健康机构以及其他机构（如大学、住房协会）。

最后需要说明一点，仅凭本报告无法贸然得出确切的结论。不过，我们还是在报告结尾的“初心”部分（第59页）中针对此次调研做了几点思考总结，简要概括如下：

1. 复杂性和交叉性

心理健康的定义十分复杂，而且在不断发展变化。此外，艺术与心理健康领域和参与式艺术、无障碍艺术、艺术与医疗卫生行业均有所交集，受创造力、行动主义和治疗（或福利）的综合影响。

2. 奉献精神

从事艺术与心理健康领域的工作就像是一种使命。在本报告的撰写过程中，我们走访了许多艺术家，他们虽然行事低调，但对自己的工作充满了热情，不过他们也经常受到心理健康问题的困扰。

3. 工作的挑战性

面对持续的资金压力，从事参与式艺术的艺术家必须始终保持敏感性、专业性、耐性和适应性。受访艺术家也谈到了“过劳”问题和加强自我关爱的重要性。

4. 历史悠久，道路坎坷

艺术与心理健康领域的专门组织和有关倡议自20世纪80年代起就已出现，但近年来，许多重要组织陆续被迫关闭。

5. 广泛性与多样性

在英国乃至世界各地，关注不同艺术形式的组织机构和支持者分布广泛。

6. 关注度低

艺术与心理健康领域的媒体关注度较低，而且很少得到知名大型艺术组织的重视。不过，英国利物浦皇家爱乐乐团 (Liverpool Philharmonic) 是一个例外，而且包括斯托姆齐 (Stormzy) 在内许多艺术家也在努力通过流行文化提升大众的认识。

7. 研究不足

相关人士多次表示，有大量研究证明艺术能够对心理疾病起到有效的治疗作用。但我们发现，该领域的绝大多数学术研究都是参与人数极其有限的小范围研究，参考价值有限。

8. 规模小，孤立运作

报告中所提及的组织机构大都比较孤立，缺乏同行支持，而且大部分组织规模较小，只有2至4名全职或兼职工作人员。

9. 合作是关键

报告中提及的许多活动大多依赖于多方之间的合作，且往往是不同领域的组织之间相互合作，如小型艺术组织和英国心理健康信托 (Mental Health Trusts)。

10. 儿童和青少年

本研究发现，该领域对儿童和青少年群体的关注度较低。

11. 卫生部门重视不足

很少有相关组织从英国国家医疗服务体系 (NHS) 中获得实际财政支持。大部分组织的资金主要来自英国国家彩票社区基金 (National Lottery Community Fund) 等一般性资助机构或艺术活动资助方。

12. 剧变与机遇共存的时代

整体而言，当今社会大众对心理健康的关注度正日益提升，这将对艺术与心理健康领域的发展产生积极影响。NHS推出的“社会处方”计划带来了重大机遇，但同时也进一步增加了该领域的资金需求。

引言

研究背景

巴林基金会（以下简称基金会）成立于1969年，长期为各类艺术活动提供资金支持。1995年巴林银行倒闭后，基金会资金来源骤减87%，资助重点逐渐转向了“参与式艺术”，鼓励专业艺术家积极走进社区，与未接受过专业艺术培训的人群共同创作。近年来，基金会艺术项目将目光投向了特定人群，如难民、寻求庇护者（2004-2009年）和老年人（2010-2019年）等。在各界人士的帮助下，基金会已针对下一步的重点资助方向进行了深刻探讨。我们的主要标准是寻找相对成熟的领域，确保适度的资金投入即可取得显著成效，帮助遭受和歧视的人群行使自己在文化与创作方面的权利。2018年末，基金会决定将艺术与心理健康作为重点资助领域，资助计划于2020年正式启动。

在具体开展下一步工作之前，巴林基金会总监（负责艺术项目运营）首先对英国当前的艺术与心理健康活动进行了图谱式梳理研究。鉴于该领域至今尚未有过类似研究，本报告有望为行业发展作出积极贡献，同时也为巴林基金会日后的资助计划奠定基础。在此前开展的“艺术与老年人”（arts and older people）项目中，基金会也提前进行了相关研究，并出版了《艺术地老去》（2009）这一报告。

资助范围和局限性

巴林基金会一直致力于为众多专业艺术组织提供资金支持，因此，这些组织无疑也是本报告关注的重点。此举并非是否定艺术家个人或业余艺术爱好者重要性，只不过不同的资助机构各有所长，资助范围均有一定限制。

只有在过去两年中活跃于艺术与心理健康领域的艺术组织，方可纳入报告的讨论范畴。

根据本报告中的相关释义，面向自闭症、失智症等认知或神经系统疾病患者的艺术活动未纳入本报告讨论范围——尽管我们也很清楚，共病的风险正日益增加。另外，合规艺术疗法领域在英国虽然已有多达3500名从业者，但未涵盖在本报告中（无论涉及视觉艺术、戏剧、音乐还是其他艺术形式）。鉴于艺术疗法具有明确的临床手段，基金会和大多数艺术资助机构一样，并不打算针对这一领域开展资助计划，而是将其视为健康卫生资金和专业人士的关注范畴。

由于研究资源十分有限，本报告并非系统性或学术性的研究成果，仅可视作入门级的调研汇总，无法就相关问题得出定论。本报告有一定的局限性，有失全面，且时效性强。不过，本报告旨在探究相关领域的总体发展情况和主要特征，有助于基金会资助方案的制定和开展。

定义：

心理健康

每个人都有各自的生理健康状况，而心理健康也同样如此。不同于生理健康，“心理健康”这一概念目前尚无明确定论且充满争议性。本报告将借鉴心理健康的相关社会模型，包括世界卫生组织（WHO）的健康问题社会决定因素理论。我们必须认识到，心理健康和生理健康实际上是密切相关的，这一点非常重要。

心理疾病通常由精神病学专家进行治疗，反之，精神病学也从医学上定义了心理疾病的范畴。

精神病学是医学的一个分支，专门治疗那些导致思想、行为和情绪紊乱的脑部病变 (Mcknight, Price & Geddes, 2019)。世卫组织认为：

“心理健康是指个人能够认识到自身潜力、应对日常生活压力、富有成效地工作并为所在社区作出贡献的一种幸福状态。”¹

英国的心理健康服务范围大致分为以下几类：

精神病

患有精神病的人口最高可占全球人口的3%。在19世纪，精神病被人们称为“疯病”。根据NHS网站给出的解释，“精神病……会导致患者对事物的认知和理解异于常人”。² 全球约有1%的人口患有精神分裂症和双向障碍（也称躁郁症）。不过，上述判断目前还存在一定的争议。读者如想进一步了解精神分裂症的相关知识，可以参阅南森·法勒 (Nathan Filer) 2018年出版的《核心地带：精神分裂症的发现与失却》(*The Heartland: finding and losing Schizophrenia*) 一书。

常见心理障碍 (CMD)

常见心理障碍，有时也被称作“神经症”，通常被认为是相对较轻的心理疾病，不过，在某些情况下，此类疾病也可能导致自杀等极端后果。目前，抑郁症是最常见的一种心理疾病，全球可能有多达15%的人口患有抑郁症并出现临床症状。美国作家安德鲁·所罗门 (Andrew Solomon) 在《走出抑郁》(又译《正午的恶魔》，*Noonday Demon*, 2002年) 一书中发布了一项权威调查，其中不乏作者本人作为抑郁症患者的亲身经历。焦虑症被称为“恐惧的渗透”，具体表现有多种形式，包括恐惧症、强迫症、分离(转换)性障碍(如创伤后应激障碍、人格障碍)等等。心理学家麦克马纳斯 (McManus) 等学者在2016年发表的一篇论文中表示，英国有五分之一的的女性和八分之一的男性患有常见心理障碍。³

成瘾

成瘾包括酒精成瘾和药物成瘾，与精神病学有着复杂的联系。虽然成瘾本身并不是一种心理疾病，但这两者往往密切相关。成瘾有时会导致心理疾病，也可能使病情进一步恶化。从临床诊断来看，成瘾者大多伴有心理健康问题，而该群体通常都需要接受心理健康服务机构的治疗。

本报告虽然采用了上述分类方式，但我们必须认识到，这一分类无论是在精神病学研究领域还是在众多批评人士眼中(包括上述疾病的患者) 都存在很大的争议性。下文将针对社会不平等、歧视与心理健康之间的重要关系进行简要探讨。

艺术

给“艺术”下定义虽然不像定义“心理健康”那样困难重重，但也绝非易事。

英格兰艺术委员会 (Arts Council England) 和其他许多组织正在越来越多地使用“创造力”与“文化”这两个词，并将其纳入艺术形式中。

本报告中提到的是广义上的“艺术”，涵盖了包括流行文化在内的最广泛的艺术形式。

长期以来，巴林基金会一直十分关心并积极资助各种各样的艺术活动，如视觉艺术、露天表演及节日演出、创意写作与演说、舞蹈、戏剧、音乐与演唱、时装与纺织艺术、数字艺术，以及从事跨艺术形式活动(即多艺术形态或交叉艺术)的艺术组织和艺术家。另外，“艺术”和“工艺”的定义以前可能存在较为明显的区别，但如今，两者之间的界限已经十分模糊。

此外，基金会还十分关注参与式艺术的发展。艺术家弗朗索瓦·马塔拉索 (François Matarasso) 在《永不停歇的艺术》(*A Restless Art*, 2019) 一书中专门对该艺术形式进行了探讨。参与式艺术可大致定义如下：接受过“专业培训”的艺术家与未经专业培训的人共同进行创作的一种艺术形式，其目的在于激发后者的创造力。这种艺术形式主要关注的是“日常创造力”(everyday creativity)，重视所有人潜在的创造力，以便消除职业艺术家和业余艺术爱好者之间存在的等级隔阂。

1 例见：www.who.int/mental_health/who_urges_investment/en。

2 详见：www.nhs.uk/conditions/psychosis。

3 McManus S, Bebbington P, Jenkins R, Brugha T. (编).《英格兰心理健康与幸福感调查：2014年成年人精神病患率调查》(Mental health and wellbeing in England: Adult Psychiatric Morbidity Survey 2014), 2016. 利兹: NHS数字出版社

语言表述

谈及心理健康问题时经常会出现冒犯性的语言表述,而这样的语言很容易助长对当事群体的偏见和歧视。

要想针对心理健康问题确立一套能够被广为接受的语言体系,这并非易事。根据英国心理健康公益机构麦恩德(Mind)的建议,本报告将主要使用“心理健康问题”这一表述。考虑到语言表达的多样性,报告中也会出现“心理健康需求”、“忧虑”(激进群体多使用这一表述)、“担忧”以及“受心理健康问题困扰的人群”等不同表述。“心理疾病”这一表述被用以区分“心理健康”,系指已确诊或可能患有的上文“定义”部分所提到的相关精神疾病。

在NHS体系中,接受心理健康问题治疗的人通常会被称为“患者”,以体现生理健康服务和心理健康服务的同等重要性,并避免将心理健康问题污名化。本报告内容无关临床治疗,因此提及心理健康问题时不会使用“患者”这一表述。

本报告中所使用的语言并不会成为固定表述。语言是不断变化的,而语言的使用则事关重大。在《核心地带:精神分裂症的发现与失却》一书中,作者南森·法勒针对心理健康领域的绝大部分术语和诊断结论提出了有理有据的质疑,直指它们不应成为定论。以“神经多样性”一词为例,该词最早出现于20世纪90年代,是专门针对自闭症谱系障碍提出的新概念。如今,该词的涵义已大大拓展,涵盖了多种学习障碍和心理健康问题,但其并未被广泛采用。

研究方法

本报告以案头调研为基础,并对英国40个项目以及荷兰和芬兰的相关项目开展了实地走访。本报告中提及的许多组织是通过电话联系的。

为了联系到报告中所提及的组织,笔者采用了网络搜索、基金会官网信息查询、关系网咨询等多种方式,不过,绝大部分是通过扩散式联络来确认的,即请已取得联系的组织推荐各自所了解的其他组织和活动。

关于艺术与心理健康领域的组织机构,目前尚无完整列表。由于业内组织多孤立运作,彼此之间沟通不足,本报告无法获取全面详尽的信息,已联系或确认过的相关组织列表详见第65页附录。

报告背景

社会变迁

过去十年中，英国国内呼吁重视心理健康问题、消除偏见和歧视的运动从未停止过（英国《2010平等法案》已将歧视列入非法行为）。

实际上，在此前很长一段历史时期内，许多受心理健康问题困扰的群体及其支持者一直在抗议大众对心理健康问题的偏见。最近，位于伦敦南部的贝特莱姆精神健康博物馆（Bethlem Museum of the Mind）举办了一场名为“无法忍耐（Impatient）”的主题展，展示了19世纪40年代“所谓疯者之友协会”（Alleged Lunatics Friends Society）组织所开展的多次抗议活动。近年来，英国心理健康行动组织“国家幸存者用户网络”（National Survivor User Network）日渐成为抗争的主力。新的抗议之声不断涌现，如“摒弃康复”（Recovery in the Bin）组织对“康复”这一常见概念提出了质疑。这些活动与艺术有着十分重要的联系，例如，许多受心理健康问题困扰的人会通过诗歌创作来表达自我。

“变在眉睫”（*Time to Change*）是在英格兰发起的一场心理健康问题去污名化运动，由麦恩德（*Mind*）和“反思心理疾病”（*Rethink Mental Illness*）两个组织共同发起，其资金支持主要来自喜剧救济基金会（*Comic Relief*）。苏格兰、北爱尔兰和威尔士也开展了类似的社会运动，分别为“看见我”（*See Me*）、“改变你的想法”（*Change Your Mind*）和“改变威尔士”（*Time for Change Wales*）。这一系列活动都采用社会运动的方法，由饱受心理健康问题困扰的群体主导，且大量运用了艺术手段。

英格兰公共卫生署（Public Health England）近期发起了一场名为“每个心灵都举足轻重”（*Every Mind Matters*）的公共健康运动（包括电视活动），引发了广泛关注。

那些才华过人、功成名就或是深受公众喜爱的人可能面临严重的心理健康问题。这是许多艺术界人士和公众人物关注的焦点，同时他们也在努力提升公众对这一问题的认识。英国广播公司（BBC）

近期推出了两部纪录片，其中一部讲述了英国烘焙大赛冠军娜迪亚·侯赛因（Nadiya Hussain）作为一个焦虑症亲历者心路历程；另一部——《我的精神疾病与我》，则讲述了英国演员大卫·海伍德（David Harewood）的故事。英国王室成员威廉王子和哈里王子携手成立皇家基金会（Royal Foundation），积极支持心理健康慈善事业的发展。该基金会发起的“同心协力”（*Heads Together*）慈善活动，旨在打破人们对心理健康问题的偏见，同时为完善心理健康服务（尤其是在学校和职场）募集资金。

关于心理健康领域发生的一系列变化，目前尚无最新研究结果。不过，麦恩德机构在其2016年的研究报告中指出，相较于2011年，6%的受访人对心理健康问题的态度有所改善；另一方面，关于心理健康的社会讨论更加频繁，公众关注度日益提高，对心理健康问题的偏见或歧视也随之减少。

艺术与心理健康：发展简史

数千年来，艺术与心理健康之间的“对话”从未中断过。关于这方面的书面记载最早可追溯到柏拉图和欧里庇得斯。英国社会学家安德鲁·斯卡尔（Andrew Scull）在《文明中的疯癫》（*Madness in Civilisation*, 2016）一书中指出，全球各地都能找到关于艺术与心理健康的文献。

历史学家罗伊·波特在其著作《疯狂简史》（*Madness: A Brief History*, 2002）中，介绍了英国公众对于心理疾病的态度变迁，涵盖了前基督教时期、启蒙运动时期和收容所时代（包括图克影响深远的“道德疗法”）。到了20世纪，规模过于庞大的收容所被取代，精神病人的治疗模式逐渐转向谈话疗法（受西格蒙德·弗洛伊德等人影响）和更为有效的药理学，由此导致20世纪80年代精神科床位使用量减少，而社区护理服务相应增加。这种模式在欧美地区得到了积极推广，但在20世纪60年代曾遭到反精神病学运动的抗议。反精神病学运动在英国的主要代表人物为罗纳德·大卫·莱因（Ronald David Laing），而在意大利和日本等国，该运动的表达方式则更为激烈。

阿兰·贝弗里奇 (Allan Beveridge, 2010) 从艺术的视角审视了社会大众对心理疾病态度的发展变化。他援引了诸多文学作品和经典人物角色——如莎士比亚笔下的李尔王、奥菲莉亚和麦克白夫人；罗伯特·伯顿所著的《忧郁的解剖》 (*The Anatomy of Melancholia*)；狄更斯小说里各种各样的精神疾病患者 (如《大卫·科波菲尔》中的多瑞特和迪克)。此外，安德鲁还提到了弗洛伊德的影响 (有人认为弗洛伊德对艺术的影响要大于对精神病学的影响)、超现实主义，以及西尔维娅·普

拉斯的《钟形罩》 (*The Bell Jar*) 和伊丽莎白·沃策尔的《少女初体验》 (*Prozac Nation*) 这两部作品。

许多伟大的艺术家都曾为心理健康问题所困。2019年，伦敦举办的众多展览中最成功的是梵高、爱德华·蒙克和威廉·布莱克三位艺术家的作品展。日本女性视觉艺术家草间弥生 (Yayoi Kusama) 被誉为全球最受欢迎的当代艺术家之一，但自20世纪70年代以来，她便一直生活在精神病院内，而她的工作室就在医院附近。

域外艺术 (Outsider Art)

1913年，来自贝特莱姆皇家医院的主治医师西奥菲勒斯·希斯洛普 (Theophilus Hyslop) 在一次国际医学会议上首次展示了由精神病人创作的艺术作品。这在当时引发了巨大关注，并登上了《每日镜报》 (Daily Mirror) 的头版——不过该报道批判了这些作品与立体主义和表现主义流派在艺术风格上的相似性)。

德国精神病学家汉斯·普林兹霍恩 (Hans Prinzhorn) 是早期著名的域外艺术作品收藏家。他从德国、奥地利和瑞士等地的精神病患者手中收集了5000余幅艺术作品，并集结成册，于1922年出版了《精神病患的艺术性》 (*Artistry of the Mentally Ill*) 一书。这对马克斯·恩斯特 (Max Ernst)、保罗·克利 (Paul Klee)、让·杜布菲 (Jean Dubuffet) 等知名艺术家产生了深刻影响。杜布菲更是提出了“原生艺术” (art brut) 的概念，用来描述“域外”非专业艺术家的艺术创作。此类作品没有经过正统艺术训练的“加工”，因此被杜布菲视为一种“原始艺术”。普林兹霍恩收藏的作品不仅在艺术界引起了热烈反响，在他看来，这些作品对于精神疾病的治疗也大有裨益，因为它们可以“让心灵具象化，从而在自我和他人之间搭建一座桥梁”。

瑞士画家阿道夫·沃尔夫里 (Adolf Wölfl) 便是一位域外艺术家。他曾在伯尔尼的一家精神病院接受治疗，由沃尔特·莫根塔勒 (Walter

Morgenthaler) 负责看护。阿道夫在诗歌、音乐和绘画领域展现出的非凡才华，令沃尔特惊叹不已。

当前，国际域外艺术博览会发展迅速。坐落于荷兰哈勒姆市的疯狂博物馆 (The Dolhuys Museum) 与阿姆斯特丹冬宫博物馆 (Hermitage Museum) 合作建立了一座域外艺术博物馆；英国慈善机构“艺术通路” (Outside In) 也在积极支持域外艺术的发展。

“域外艺术”一词目前还存在争议性，内含“未经训练的艺术”或者“本土艺术”之意，在英国不常使用，但在美国和欧洲其他国家较为流行。该术语于1972年提出，用以替代源自法语的“原生艺术”一词。域外艺术通常指视觉艺术作品，并非特指受心理健康问题困扰的群体所进行的艺术创作。其他特殊群体 (如罪犯等) 创作的作品也可视为域外艺术。而且许多受心理健康问题困扰的艺术家，其作品也堪称经典，草间弥生就是一个很好的例子。“域外艺术”在本报告中作为术语使用时，指面临心理健康问题困扰且从未接受过艺术训练的人所创作的艺术，是一种未经训练的视觉艺术。

在英国,有许多杰出艺术家都曾在精神病医院接受过治疗,其中最著名的当属被送进贝特莱姆医院的理查德·达德(Richard Dadd)。英国的许多收容所也和艺术保持着密切联系。例如,早在1847年,苏格兰的克赖顿皇家医院(Crichton Royal Hospital)就开始聘请艺术家和患者共同进行艺术创作;1901年,苏格兰蒙特罗斯皇家收容所(Royal Montrose)为亚当·克里斯蒂(Adam Christie)提供了一个工作室,供他创作出了200余件雕塑作品;20世纪30年代,爱德华·埃尔加(Edward Elgar)受聘在伍斯特市的一家收容所创作舞曲。

艺术与心理健康的近现代发展史与五大(相互关联的)艺术运动密不可分。首先,如上文所述,一些精神病医院素来就有借助艺术进行治疗的传统,不过很多医院在20世纪八九十年代已陆续关停、缩减规模或改革。此后,域外艺术(见第11页)逐渐兴起。

第三,大众对艺术和健康领域(包括发展曲折的生理健康领域)普遍很感兴趣。例如,英格兰卫生部(Department of Health England)和艺术委员会曾于2007年提出一项倡议,后因卫生部推进不力等原因无果而终。但此后,英国议会艺术、健康与幸福问题跨党派小组(APPGAHW)及其他许多组织仍在继续推进这项工作。本报告中提及的部分组织已经在艺术与健康领域活跃了近三十年之久,例如“艺术关怀”(Arts Care, 1987)和“楼上工作室”(Studio Upstairs, 1988)等。

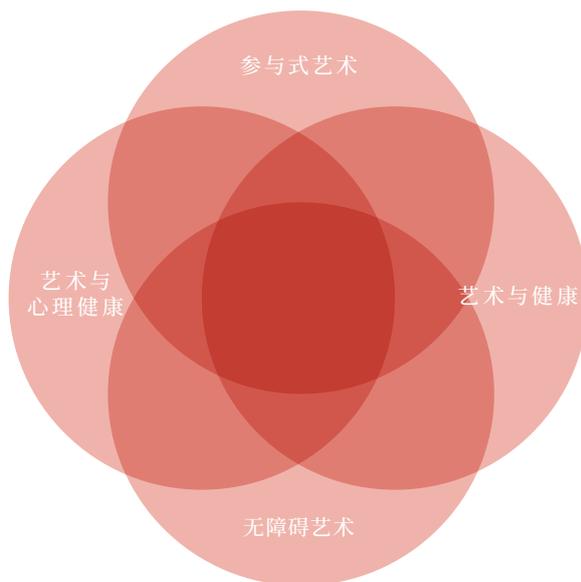
第四,无障碍艺术的发展轨迹不同于其他艺术运动,尤其是它强有力地质疑了究竟何为“正常”。无障碍艺术往往伴随着激进主义和抗议活动,与20世纪60年代的反精神病学运动一脉相承。多莉·森和“真空吸尘器”(The Vacuum Cleaner, 艺名)是无障碍艺术的两代表,他们的作品即诙谐有趣又发人深省,是现代无障碍艺术的范例。

最后,社区艺术或参与式艺术快速发展,尤其时弗朗索瓦·马塔拉索20世纪90年代提出的“社会影响力艺术”。

概念框架

上述发展历程在一定程度上影响了艺术与心理健康领域有关组织的愿景和风格。这些组织往往源自三个不同的传统领域,而这三大领域之间其实并无明确界限,且相互交叉重叠。笔者在此仅作大致概括。

图1: 艺术组织开展艺术活动的概念框架



1. 无障碍艺术

无障碍艺术与残障人士权利运动的发展轨迹大致相同。残障人士权利运动兴起于20世纪60年代,主张捍卫残障人士的权利,其核心理念是身体、认知、感官或心理健康等方面的“缺陷”本身不足为奇,但社会歧视或无障碍措施的缺失却会让这些缺陷变成真正的“残障”。这一理念现已成为公认的无障碍社会模式理论基础。无障碍艺术组织重视为残障群体发声,支持行动主义,希望以此推动社会变革。

2. 参与式艺术

如今,致力于社区服务的参与式艺术组织日渐增多,许多专门关注囚犯、无家可归者等特殊群体的艺术组织也会采用参与式艺术的活动形式。参与式艺术往往会涉及到身份认同、自我表达和社会融入等问题,同时也涉及到创造力和文化权利的保障问题。

在某些特定领域中, 当事群体出现心理健康问题的风险越来越高, 因此许多艺术组织会专门关注这些领域。本报告涵盖了刑事司法、流离失所及难民等多个领域, 并将涉足这些领域的艺术组织视为参与式艺术组织, 尽管这些组织本身对此可能持有异议, 但它们确实运用了参与式的工作方法。

3. 艺术与健康

投身艺术与健康领域的大多数人都认同无障碍社会模式, 也理解艺术在提升身份认同、激发创造力方面的积极作用。不过, 他们往往更重视通过艺术来促进健康、提升幸福感。

有人认为, 精神病学依赖的是一种过时、无用的心理健康医学模式, 实则不然。如后文所示, 精神病学的相关研究目前至少有五种模式。

因此, 在艺术与健康领域, 各艺术组织的工作目标可能不尽相同。如果某项活动是由健康基金资助的, 则艺术组织需要将该活动视为一种艺术疗愈手段, 并评估其对健康的积极影响。

鉴于以上种种原因, 艺术与心理健康活动往往会涉及行动主义、创造力和艺术疗愈等多方面内容。它们之间并不会互相冲突, 而是彼此互补、相辅相成的。

精神疾病成因研究的五种模式

麦克奈特 (McKnight)、普莱斯 (Price) 和格德斯 (Geddes) 总结了精神疾病成因研究的五种模式:

1. **医学模式**在普通医学中比较实用, 认为可以通过“鉴别常见症状 (或综合症), 并将其与大脑病理学相联系”⁴ 等方式来研究精神疾病。这种模式对于精神分裂症和心境障碍的诊疗较为有用, 但不太适用于焦虑症和抑郁症。

2. **行为模式**是一种“用适应性和非适应性行为理论来解释精神疾病的方法”⁵。例如, 对抑郁症群体来说, 避免日常活动及其所带来的愉悦感即可被视作非适应性行为。治疗方式主要是鉴别非适应性和适应性行为, 并抑制非适应性行为、鼓励适应性行为。

3. **认知模式**是一种“用认知偏差来解释精神疾病的方法”⁶。该模式认为, 认知会影响大脑对信息的选择、理解和就此做出的行动。例如, 焦虑症群体可能会把“战或逃”这种正常的生理信号引发的心跳加速或出汗当成心脏病发作, 而这种错误认知会导致“恐慌发作”。

4. **社会模式**认为“一个人的情绪及行为与其所处的社会环境之间有着密切关系”⁷。

5. **生物-心理-社会模式**是一种“将生理因素 (如医学模式中的因素)、心理因素 (如行为模式和认知模式中的因素) 以及社会因素⁸ 审慎结合以解释精神疾病的方法”。麦克奈特等学者针对该模式举了一个例子: 一个有抑郁症且酗酒的年轻人会对自己目前和未来的状况感到悲观, 逃避工作和朋友, 但受到鼓励后, 他可能会不再酗酒 (生理变化), 改变自己的消极思想 (心理变化), 并逐步回归工作和社交生活 (社会变化)。

4 McKnight, R., Price, J., and Geddes, J..《精神病学》(第5版) (Psychiatry), 2016. 英国牛津: 牛津大学出版社, 61-62.

5 同上. 第 62页.

6 同上. 第62页.

7 同上. 第62-63页.

8 同上. 第63页.

不平等、多样性与交叉性

社会上长期存在的结构性不平等（如贫穷、性别和种族等因素）导致了大量弱势群体的出现，这对卫生健康方面的影响尤为明显。关于这一问题的公共讨论层出不穷，最有影响力的当属英国流行病学家迈克尔·马尔莫教授（Michael Marmot）的观点。马尔莫教授关于健康不平等的最新观点，将于今年发表在英国健康基金会（Health Foundation）和健康公平研究所（Institute of Health Equity）联合出版的全新报告《英国健康公平：马尔莫十年后再论》（Health Equity in England: The Marmot Review Ten Years On, 2020）中。

马尔莫教授的分析对于理解英国当代心理健康问题现状至关重要。慈善机构心理健康研究中心（The Centre for Mental Health）专门成立了心理健康公平委员会（Commission for Equality in Mental Health），探索建立公平的心理健康服务体系。该中心表示：“我们通过研究发现，不同人群出现心理健康问题的风险以及就此获得的

帮助差异巨大，存在着明显的不平等现象。在最贫穷的20%家庭中，儿童在11岁之前出现心理健康问题的几率是最富有家庭儿童的4倍。与普通人相比，身有残障、来自“BAME”（非裔、亚裔及其他少数族裔）或LGBT+（同性恋、双性恋、跨性别者等性少数人群）群体以及有生理疾病的人群，在任何年龄阶段，出现心理健康问题的风险都更高。然而，心理健康问题高发群体往往不容易获得相关服务，即便获得帮助，最终的成效也可能微乎其微。”⁹

“NHS帮不了我，于是我来到了这里。实际上，这里并不像是医疗机构……他们把我当成一个有创造力的普通人，非常欢迎我的到来。”⁹

“艺术便车”（Artlift）活动参与者（详见第17页英国NHS及社会处方相关内容）

图片经“艺术便车”组织（Artlift）同意转载。



⁹ 发邮件联系作者。

在其2016年出版的《深柜男孩》(*Straight Jacket*)一书中,作者马修·托德(Matthew Todd)审视了男同性恋者在成长过程中所承受的心理压力。尽管保障性少数群体(LGBTI)权利的法律基础日益完善,异性恋仍是当今社会的正统观念。马修认为,这种心理压力导致该群体患上成瘾症、自残和自杀的风险越来越高。据LGBT基金会(LGBT Foundation)估计,LGBT人群患抑郁症的几率是异性恋者的3倍之高。

作家丽莎·阿璧娜妮西(Lisa Appignanesi)在其2017年出版的《疯、恶、悲:19世纪至今的女性和心理医生》(*Mad, Bad and Sad: A History of Women and the Mind Doctors from 1800s to the Present*)一书中,对社会上和精神病学中存在的性别偏见作了发人深省的精彩描述,并探讨了两者之间的关系。

人们的生活经历复杂多样,而不同群体之间的互动是解决文化和心理健康问题的根本。一个有抑郁症的黑人女同性恋者和一个贫穷、有学习障碍和强迫症的工人阶级白人男性,他们的人生经历都会深受各种结构性不平等因素的影响。毫无疑问,这种不平等和歧视会导致心理健康问题及相应的疗愈方案复杂化。而结构性不平等所带来的影响及其与其他因素(如创伤)之间的关系则更为复杂。例如,一个接受过私立学校教育、患有双相障碍且药物成瘾的花旗集团银行家虽然也有自残和自杀的风险,但这种风险相对较低,而且他往往能得到更好的治疗。

交叉性是指各种社会分类彼此重叠、相互依存。一般来说,交叉性在人们的经历中是真实存在的,同时也与本报告密切相关。出现心理健康问题的人在生活中往往也会遇到其他问题或障碍。许多甚至大多数有心理健康问题的人都不愿接受临床诊断,这一问题在某些群体中尤为突出。

关于不平等性、多样性和交叉性的讨论对艺术有何影响?很显然,艺术家要了解这些讨论,并对其保持一定的敏感度。背景不同,人们的经历就会各不相同。而这些经历需要通过艺术来表达,进而挑战社会上存在的种种不公。

创意型群体的心理健康

创意型群体的心理健康状况正逐渐成为一个备受关注的话题。该群体出现的心理健康问题在很大程度上要归因于表演压力(舞台、音乐厅或是其他场所),但从更广泛的视角来看,这也与工作不稳定、报酬低且工作价值被低估等原因有关。

2018年,北爱尔兰心理健康组织“鼓舞人生”(Inspire)公布了一份题为《改变艺术与思想——创意产业健康与幸福感调查》(*Changing arts and minds - a survey of the health and wellbeing of the creative sector*)的调研报告,其结果令人担忧。该研究对576名创意型从业者做了调研,其中大部分来自南、北爱尔兰地区,不过此次调研结果应该同样适用于英格兰、苏格兰和威尔士。报告中指出,创意产业存在许多可能导致心理疾病的结构特征,包括零工经济、工作不受重视、低薪酬、高标准要求所带来的压力等。调查显示,205名受访者的工资水平处于贫困线以下;受访者酗酒和滥用药物的比例高于普通人;还有受访者反映其报酬会以酒水替代。有关自杀问题的回答尤其令人担忧——有16%的受访者表示曾有自杀经历。总体而言,受访群体患上心理疾病的比例比一般人高出3倍。为了改善艺术从业者的心理健康状况,该报告最后提出了6项切实可行的建议,其中之一是在各种专业艺术培训中,将心理健康风险识别和相应的保护措施纳入课程内容。

针对演艺界发生的多起自杀事件,许多艺术组织和艺术活动纷纷提出了各种倡议。作为世界上规模最大的艺术节,爱丁堡国际艺术节(Edinburgh Festivals)对心理健康问题的关注度逐年上升。对于众多表演者而言,爱丁堡艺穗节(Fringe Festival)往往是他们的事业转折点。因此,节日期间关于心理健康活动的倡议也越来越多。例如,“肃趣”组织(Objectively Funny)曾广泛发放5000余份心理健康指导手册;艺穗节援助直播(FFS Livestream)节目则针对心理健康问题推出了在线聊天活动。

类似的活动和举措不胜枚举：皇家北方音乐学院（Royal Northern College of Music）专门聘请了心理健康讲师，在英国同类院校中首开先河；利物浦皇家爱乐乐团为音乐家提供心理健康指导和服务等。此外，英国慈善机构“关照音乐人”（Help Musicians UK, HMUK）发起了“音乐人心灵至关重要”（Music Minds Matter）活动，为音乐人提供24小时免费心理健康服务。影视慈善会（The Film and TV Charity）也专门开通了求助热线。

结合本报告的研究内容，有理由认为与受心理健康问题困扰的人士共事可能会带来特殊压力，但这种意义非凡的工作也会带来回报和成就感。在调研报告《艺术家的杰出实践》（*Artists Practising Well*, 2019）中，作者尼古拉·奈史密斯（Nicola Naismith）强调了情感支持的重要性。她认为，“反思性的实践活动能对情绪、感受和态度产生正面影响”。尼古拉将这种方法描述为“谁来关心‘关怀他人者’”。英国纸箱公民剧团（Cardboard Citizens, 详见第48页案例分析）为其工作人员提供了一系列服务，包括定期开展临床监测和创伤知情实践培训。

由于种种原因，本报告无意探讨心理健康问题和创造力之间是否存在正向关联。首先，无论艺术能否改善心理健康，也无论某些心理疾病能否提升创造力，巴林基金会都希望支持受心理健康问题困扰的人群参与艺术创作、享受文化权益。不管创造力与心理健康问题之间的关系如何，创造力都是一种权利。其次，这两者之间的关系较为复杂，我们目前尚无法获得明确立场。心理健康问题其实很普遍，因此很多艺术家为其所扰也就不足为奇了。在《改变艺术与思想——创意产业健康与幸福感调查》这份调研报告中，Inspire组织认为，心理健康问题是创意产业各方面综合影响的结果，而非其他因素决定的。

国家政策与框架

英国（大不列颠及北爱尔兰联合王国）

需要强调的一点是，英国在该领域很少有国家性的政策方针或组织机构，因为英国绝大部分事务均已下放至四个地区独立管理。这对艺术与心理健康领域的资助和监管具有一定影响。



图片经“艺术便车”组织（Artlift）同意转载。

英国议会艺术、健康与幸福跨党派小组是一个在全英范围内运作的组织。该组织发布的报告——《创意健康》(Creative Health, 2017) 涵盖了心理健康的内容, 影响深远。

英国最主要的心理健康机构当属皇家精神科医学院(Royal College of Psychiatrists)。该医学院在英国四大地区均设有委员会, 下设艺术特别兴趣小组, 致力于探索艺术手段在临床医师培训中的应用、艺术疗法以及艺术与精神病学之间的关系。

英国心理学会(British Psychological Society)是专门面向心理学家成立的专业机构。此外, 英国皇家公共卫生学会(The Royal Society for Public Health)也对艺术与文化颇感兴趣, 但其更加关注艺术与失智症。

英国NHS体系与社会处方计划

社会处方是指初级卫生保健体系内的专业医护人员将病患转介至当地非临床医疗服务体系。社会处方最早可追溯到1984年伦敦东部的堡贝门利中心(Bromley by Bow Centre)。在英国, 接受病患转介的机构非常多, 其中大多都是志愿服务组织或社区组织。社会处方涉及的活动范围也十分广泛, 包括不同形式的志愿活动、园艺、散步等其他体育活动以及法律咨询等, 但艺术活动占有重要地位。虽然转介对象并不仅限于受心理健康问题困扰的人, 但长期受心理健康问题困扰(尽管可能轻微)并与社会隔绝是很常见的问题。越来越多的证据表明, 社会处方计划在提升民众健康与幸福感、减少不必要的就医并减轻NHS财政负担等方面卓有成效。

社会处方自被纳入NHS长期计划并获得专项资金支持后, 获得了迅速发展。根据该计划, 所有全科医生均需加入网格服务小组, 为5万名患者提供诊疗服务, 而且各网格小组均可获得相应资助来聘请社会处方师(头衔不尽相同)。

“多亏了“艺术便车”(Artlift)的帮助, 我今天才能走出家门、参加社交活动。我还参加了一个亲子艺术小组, 因为从中我备受鼓舞。”

“艺术便车”(Artlift) 活动参与者

关于社会处方计划有一点需要说明——NHS体系并不会为患者转介后接受相关服务提供资助, 只会资助社会处方师或咨询服务人员所承担的(非常重要的)任务。这在某种程度上导致了资金不足的问题, 一些艺术与心理健康活动受到的影响尤为明显。

艺术类的社会处方服务数量众多, “艺术便车”(Artlift)便是其中最成熟的组织之一。该组织成立于2007年, 由一位全科医生牵头发起, 初始资金来自英格兰艺术委员会和格洛斯特郡委员会(Gloucestershire County Council)。“艺术便车”主要面向格洛斯特郡提供服务。

“艺术便车”组织现由NHS格洛斯特郡临床委托小组(NHS Gloucestershire Clinical Commissioning Group)、麦克米伦癌症援助中心(Macmillan Cancer Support)以及其他信托或基金共同资助, 主要为遇到心理健康问题的成年人以及患有其他慢性或重大疾病(目前侧重于慢性疼痛和癌症)以致影响其心理健康的群体提供处方艺术课程。

目前, “艺术便车”组织每年可接收420名转介对象, 其课程涵盖了视觉艺术和手工艺、摄影、创意写作、版画等多样化艺术形式。“艺术便车”还与格洛斯特大学(University of Gloucestershire)进行合作, 建立了当前全球最全面的艺术与福利相关数据库(包括1870条数据组)。

英格兰

尽管英格兰艺术委员会在其十年战略草案中并未明确提及心理健康问题，但其表达了进一步促进艺术与健康发展的意向，并计划加强与卫生与社会保障部、NHS体系的合作。此外，英格兰艺术委员会还为心理健康援助机构——文化、健康与福利联盟 (Culture, Health and Wellbeing Alliance) 提供持续资助。

目前，“NHS心理健康五年展望”并未提及艺术或文化的作用，其主要议题之一仍是为心理治疗提供更多资源、打造平等的心理健康与生理健康医疗服务体系。

苏格兰

“创意苏格兰” (Creative Scotland) 十年发展计划将持续到2024年¹⁰。该计划共包含四大议题，其中之一就是平等、多元与包容。

实际上，英国《2010平等法案》的出台为上述议题提供了法律依据，其中还提及了心理健康问题。不过，“创意苏格兰”并未参考该法案，而是提出了一系列举措来支持艺术组织发展特定主题活动，但其中却未提及心理健康相关内容。

同样，苏格兰政府出台的《2017-2027心理健康战略规划》¹¹也未明确提及文化和艺术对心理健康的作用。不过，苏格兰政府目前正在就一份文化战略草案征求意见，其中明确强调了艺术对心理健康的积极作用和跨部门合作的必要性。此外，苏格兰还在推行一项重大公共卫生改革项目，其中包括卫生资源与社会关怀服务的整合。

苏格兰心理健康艺术节

苏格兰心理健康艺术节 (SMHAF) 始于2007年，由心理健康基金会牵头创立，于每年5月在苏格兰全境举办。该艺术节得到了“看见我” (See Me) 项目、皇家精神科医学院等众多合作伙伴的支持，同时也获得了“创意苏格兰”组织的资助。举办艺术节的目的是挑战社会上对于心理健康问题的偏见。为此，艺术节专门配备11名区域协调员，积极促进艺术节各项活动在基层和“中心地带” (即苏格兰人口高密度区域) 以外地区的推广。艺术节采用了同类型国际艺术节通用的联合制作模式。

2019年苏格兰心理健康艺术节以“连接” (connected) 为主题，旨在汇聚著名艺术家、后起之秀和艺术、行动主义及健康领域的相关人士。节日期间共推出300余项形式多样、内容丰富的活动，包括电影、写作、戏剧、音乐、视觉艺术、喜剧和舞蹈等等，吸引了2.5万人参加。

与此同时，格拉斯哥当代艺术中心还举办了由《苏格兰人报》 (The Scotsman) 影评人主持的国际电影奖 (The International Film Awards)。评审团从337部参赛影片中最终选出了10部获奖影片。艺术节还与苏格兰慈善机构“双相苏格兰” (Bipolar Scotland) 联合举办了写作奖 (The Writing Awards)，颁奖典礼在格拉斯哥圣乔治特隆教堂举行，由伊恩·兰金 (Ian Rankin) 主持。评审团共收到200部参赛作品，3部获奖。此外，为了纪念心理健康基金会成立70周年，艺术节还举办了名为“70故事萃” (70 Stories) 的线上活动，广泛征集历届获奖者的故事。自2012年以来，艺术节还推出了“人物特写” (Talking Heads) 这一重要环节，邀请15名艺术节志愿者写下他们对节日的亲身体验。除了当月各种活动以外，艺术节后续还会组织获奖作品巡展，并在爱丁堡艺术节期间举行心理健康成果颁奖仪式等。

¹⁰ 详见“创意苏格兰”官网：www.creativescotland.com/what-we-do/the-10-year-plan/connecting-themes。

¹¹ 苏格兰《2017-2027心理健康战略规划》 (Scottish Government Mental Health Strategy 2017-2027)，详见：www.gov.scot/publications/mental-health-strategy-2017-2027。



SCOTTISH MENTAL HEALTH ARTS FESTIVAL

苏格兰心理健康艺术节。图片经苏格兰心理健康基金会同意转载。

威尔士

自2018年开展图谱研究¹²开始，威尔士艺术委员会 (Arts Council of Wales) 就一直与威尔士政府在艺术与健康领域保持着密切合作。威尔士艺术委员会还与威尔士NHS联合会 (Welsh NHS Confederation) 签署了谅解备忘录，在战略层面为NHS联合会各健康委员会提供资金支持，支持其增聘艺术与健康协调员。威尔士议会 (Welsh Assembly) 专门成立了一个跨党派艺术与健康小组。威尔士还有两个会员网络，其中一个是一般网络，现有300余名成员；另一个是近期成立的研究联盟。

整体而言，威尔士政府对心理健康问题十分重视，这一点从其发布的《共促心理健康战略》(Together for Mental Health Strategy)¹³ 以及青少年心理健康报告《心理健康至上》(Mind Over Matter)¹⁴ 中可见一斑。

威尔士皇家精神科医学院还聘请了剧作家兼诗人帕特里克·琼斯 (Patrick Jones) 担任其驻地艺术家。

北爱尔兰

“刚开始的时候确实有些挑战性，我都不怎么说话。但情况很快就变了，现在的我总是滔滔不绝。”

“艺起发声” (ARTiculate) 活动参与者

北爱尔兰艺术委员会 (Arts Council Northern Ireland) 在其拟定的2019-2024发展框架草案中提到，它将继续加强与北爱尔兰公共卫生局 (Public Health Agency) 的合作。草案中还提到了幸福感问题，不过并未具体涉及心理健康。

“艺起发声” (ARTiculate)：青少年与福利艺术项目¹⁵

北爱尔兰艺术委员会与公共卫生局合作，于2016年启动了为期3年、总投资达60万英镑的“艺起发声”项目，旨在通过参与高质量的艺术活动改善儿童和青少年群体 (12-18岁) 的健康状况，提升其幸福感。公共卫生局还为其合作的青少年和社区组织提供资助，帮助其聘请艺术家和艺术组织为青少年群体设计相关艺术项目。这些项目充分发挥出了艺术活动的积极作用，例如改善自我表达、提升自信心和积极性等，以期增强青少年的自主性和适应力，挑战社会上对心理健康问题的偏见，支持青少年寻求帮助。

截至2019年9月“艺起发声”项目结束，北爱尔兰五大健康与社会关怀信托机构 (Health and Social Care Trust) 已在各地成功举办47场活动。这些由青少年群体共同打造的活动吸引了4000余名青少年参加，让他们有机会亲身体验丰富多彩的艺术世界，由此增强了他们的主人翁意识。这些活动为青少年打造了一个安全、公平的环境，通过有趣、精彩且颇具创

造性的方式解决了诸多难题，并鼓励青少年勇敢表达自己的情感，从而增强他们的信任感、归属感和成就感。

对许多青少年来说，参加“艺起发声”项目是他们第一次真正参加由专业人士主导的艺术活动，这一经历对他们而言意义非凡。绝大多数参与者表示，他们觉得自己比以前更快乐、更有信心，而且对情绪低落的原因以及如何寻求帮助有了进一步了解。他们还表示通过该项目收获了友谊，希望以后继续参与艺术活动。

12 《威尔士艺术与健康：发展现状图谱研究》(Arts and Health in Wales: A Mapping study of current activity), 2018. arts.wales/sites/default/files/2019-02/Arts_and_Health_Volume_1_0.pdf.

13 《共促心理健康战略：威尔士心理健康与福利战略规划》(Together for Mental Health: A Strategy for Mental Health and Wellbeing in Wales), 2012. gov.wales/sites/default/files/publications/2019-04/together-for-mental-health-summary.pdf.

14 《心理健康至上》(Mind over Matter), 2018年4月. www.assembly.wales/laid%20documents/cr-ld11522/cr-ld11522-e.pdf.



“北爱尔兰青少年行动”组织 (Youth Action Northern Ireland) 在“艺起发声”项目支持下发起的“彩虹工厂表演艺术学校”活动。

心理健康与幸福感是北爱尔兰公共政策重点关注的内容之一。值得注意的是，北爱尔兰是英国自杀率最高的地区。因此，北爱尔兰公共卫生局在自杀风险最高的几个地区专门成立了预防自杀委托小组 (Suicide Prevention Implementation Groups)，并邀请艺术委员会参与合作。

鉴于北爱尔兰冲突问题，当地推出了许多关于和解与包容的社会活动，也有一些活动主张对这段历史创伤抱持接受态度。

基于上述因素，北爱尔兰公共卫生局和艺术委员会决定联合发起“艺起发声” (ARTiculate) 试点项目。该项目总投资达60万英镑，为期3年，主要关注弱势儿童和青少年群体的心理健康和幸福感问题。

地方框架与协作

人们生活和工作的当地社区往往都会开展艺术与心理健康活动。不同服务机构之间应保持良好的沟通，相互尊重，相互理解，以促进艺术与心理健康服务的完善。

这种地方合作的一个重要范例便是利兹市的“艺术与心灵网络” (Arts and Minds Network)。该组织由当地NHS信托基金 (NHS Foundation Trust) 资助成立，至今已有十余年历史，一直致力

于联络、汇聚当地对心理健康和创造力感兴趣的相关人士。“艺术与心灵网络”目前有3名兼职工作人员，所属部门各不相同；另与20多个机构建立了合作关系。该组织创立了一年一度的“挚爱艺术节” (Love Arts Festival)，自2011年起常年举办（2019年暂停）。该组织还会就如何开展心理健康活动和吸引活动参与者为艺术家和艺术组织提供指导意见。此外，该组织还推出了众多文艺活动，例如“文化俱乐部” (Culture Club) 每月观展活动。

2017年，伦敦市长委托第三方完成了一份调研报告，研究了在伦敦地区文化对心理健康起到的作用和潜力¹⁵，并由此推出了“繁荣伦敦” (Thrive LDN) 倡议。该倡议目前合作伙伴较少，资助规模较有限，未来发展计划尚不明确。

在部分地区，社会处方计划的开展促进了艺术与心理健康领域的协调性、战略性发展。以布里斯托尔的转介者艺术联盟 (Arts on Referral Alliance) 为例。该联盟的资金主要来自艺术委员会、临床委托小组 (CCG) 和信托机构，为13个地区的地方艺术组织开展活动提供相应支持，如“艺术源泉” (Wellspring Arts)、 “安艺” (ArtEase) 等活动。

15 《艺术与文化活动对促进伦敦人心理健康与服务的潜力研究》 (The opportunities for arts and cultural activities to improve the mental health and wellbeing of Londoners)，妮基·克莱恩事务所 (Nikki Crane Associates) “繁荣伦敦”委托项目，2018。www.thriveldn.co.uk/wp-content/uploads/2019/02/Thrive-LDN-Culture-Report-FINAL.pdf.

布莱顿

布莱顿可能是英国人均艺术与心理健康活动项目的城市。该市开展的项目包括：

- “创意未来”项目 (Creative Future), 致力于开展视觉艺术与创意写作活动;
- “协同创意社区”组织 (Synergy Creative Community) 是一个同伴式服务机构, 每周开展丰富多样的艺术活动;
- 法布里卡画廊 (Fabrica Gallery) 与肯普敦男艺社团 (Men in Sheds) 以及慈善机构“艺术通路” (Outside In) 均有合作;
- “艺术空间”工作室 (Artspace), 面向受心理健康问题困扰的人群开放;
- “疗愈、表达与康复的艺术”项目 (The Healing, Expressive and Recovery Arts, HERA), 由罗宾汉基金会及布莱顿健康与福利中心运行;
- “吾非圣贤”唱片公司 (WearenotSaints), 专门为戒瘾康复者提供音乐服务;
- 新乐符管弦乐队 (New Note Orchestra), 主要为戒瘾康复群体提供帮助;
- “创意康复之涌”社区组织 (Cascade Creative Recovery), 由志愿者主导成立, 下设一家咖啡厅, 并组织开展诸多创意活动, 如组建合唱团、戏剧团等;
- “韵音荟萃”组织 (Rhythmix), 以布莱顿为中心, 涵盖心理健康等多领域工作, 尤其注重为青少年群体提供服务。

除上述项目外, 布莱顿当地还有许多创新性的临时活动, 例如, 布莱顿和苏塞克斯医学院 (Brighton & Sussex Medical School) 在一次会议上介绍了关于心理健康与绘画的研究; 针对受心理健康问题困扰的儿童和青少年提出的“依恋的艺术” (the art of attachment) 倡议。

布莱顿公共卫生局于2018年发布了一份题为《健康的艺术》(The Art of Good Health)¹⁶的报告, 其中就如何将布莱顿发展为艺术与文化中心提出了一系列建议, 包括增加相关福利、消除健康不平等现象等。

艺术与健康小组 (Arts & Health Group) 每季度都会召开一次工作会议, 并向布莱顿霍夫艺术与创意产业集团 (Brighton & Hove Arts & Creative Industries Group) 汇报工作, 以增进工作协调性。艺术与健康小组的目标如下:

1. 推动艺术对健康和幸福感的提升作用;
2. 为艺术和健康福利部门创造合作机会, 分享评估艺术、健康与福利活动的方法;
3. 鼓励和支持艺术行业的工作, 解决健康和幸福感方面的主要问题;
4. 和健康与福利行业合作, 共同制定艺术活动和计划, 以减少不平等, 消除障碍, 赋予人们选择权和决定权;
5. 探索投资机会, 促进优秀实践的推广和发展¹⁷。

心理健康服务体系

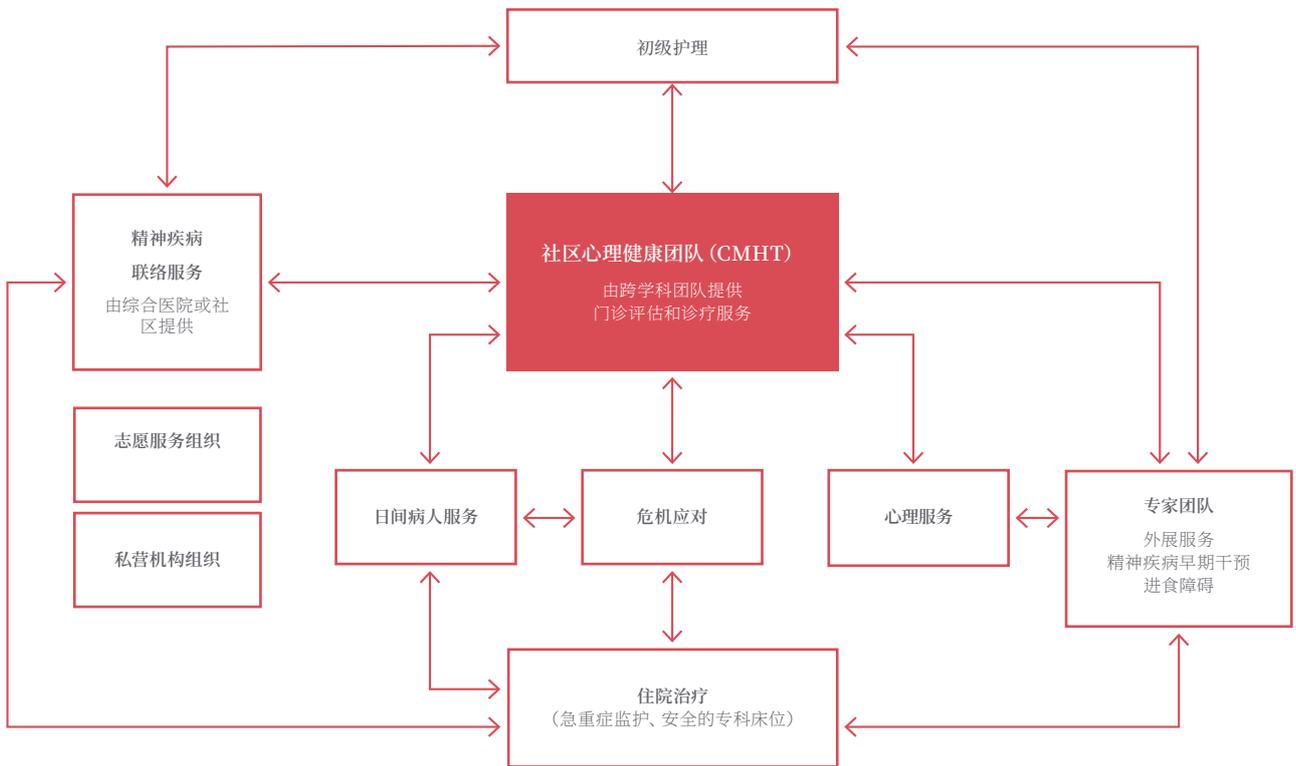
由于NHS及心理健康相关事务均已下放至各个区, 英国四大地区所提供的心理健康服务各有不同, 但从服务体系的整体框架来看仍有许多相似之处。专业艺术组织往往很擅长修正、完善该体系, 而一般的艺术组通常会被被动接受。

下图尝试用一种简单方式展现出心理健康服务体系的复杂性。

¹⁶ 《健康的艺术: 公共卫生局年度报告》(The Art of Good Health: Annual report of the Director of Public Health), 布莱顿霍夫, 2018. www.brighton-hove.gov.uk/sites/brighton-hove.gov.uk/files/BHCC%20Public%20Health%20Annual%20Report%202018_0.pdf.

¹⁷ 发邮件与作者联系。

图2*: 国家资助卫生保健体系下的心理健康服务大致结构图



绝大多数心理健康问题都可以通过初级护理得到治疗。只有5%-10%的较为严重的心理健康问题会转介至二级护理。社区心理健康团队 (CMHT) 便是一种常见的转介接收组织。这类团队中的工作人员拥有不同的学科背景, 其中就包括心理医生。每个团队大约服务2万至5万名社区人口, 待诊量一般为250名左右。通常情况下, 团队中的护理协调员往往负责接待新转介对象并制定护理计划。护理计划内容复杂, 通常会涉及团队中的不同成员。这一工作的关键在于社区心理健康团队要与外部志愿服务机构进行有效合作。

本报告的研究重点是艺术, 因此不便对心理健康服务体系做过多赘述。概括来说, 该体系涉及众多机构组织, 且转介对象的心理健康问题越严重、时间越长, 涉及到的机构组织可能就越多。另外, 该体系服务的人群相对较少。

英格兰有60个心理健康信托, 均会在专业治疗师的指导下提供不同程度的创意疗愈服务。虽然这些信托机构似乎都会运用艺术手段开展工作, 但涉及

程度有很大不同。针对信托机构运用艺术进行疗愈的情况, 目前尚缺乏全面评估, 也没有相应的组织开展评估检查工作。

康复学院 (Recovery College) 是心理健康服务体系中一个特殊组成部分。过去十年间, 康复学院在英格兰逐渐兴起, 目前已有约70所。康复学院将活动参与者视为学生, 其课程通常由NHS专业人员 (如心理学家) 和康复学院内曾出现心理健康问题的雇员共同设计。康复学院的组织形式各不相同, 有的独立于NHS体系之外的慈善机构; 有的则是NHS信托的一部分。康复学院的大部分资金来自NHS, 也有可能得到其他机构的资助, 其课程内容主要侧重于心理健康问题的自我管理或工作技能, 往往也会涉及视觉艺术、创意写作和音乐等。

* 图2版权所有© 牛津大学出版社, 2019. 转载自丽贝卡·麦克奈特 (Rebecca McKnight)、乔纳森·普莱斯 (Jonathan Price) 和约翰·格德斯 (John Geddes) 合著的《精神病学》(Psychiatry) 第5版第103页。该图转载已通过PLSClear获版权方同意。未经版权方许可, 他人不得以任何形式复制或转载该图。

西伦敦西部心理健康信托 (Mental Health Trust)

西伦敦心理健康信托覆盖伦敦的伊灵、豪恩斯洛和哈默史密斯-富勒姆三个区，服务当地80万居民，每年的治疗人数超过9.9万人。其主要工作包括三方面内容：布罗德莫精神病院 (Broadmoor Hospital) 的运营和管理；提供英国领先的司法服务；提供地区服务。该信托设有30多处服务网点，员工共计3500名左右。布罗德莫精神病院是英国安全性最高的三所精神病院之一。

布罗德莫精神病院共有240名患者，平均住院时间为5-7年。许多艺术家都曾参与医院的重建，例如，艺术组织弗里兹 (Frieze) 策划人乔恩·汤姆森 (Jon Thomson) 为医院的多元信仰室设计了彩色玻璃窗。西伦敦心理健康信托还聘用了8名专业治疗师开设艺术、音乐和戏剧课程。艺术疗愈以小组或一对一的形式在医院开展，具体方式包括谈话沟通和艺术创作。

相关研究

2019年11月，世界卫生组织委托发表了一篇最新的研究报告，其中提出了一个问题：“如何证明艺术能够促进健康、提高个人幸福感？”¹⁸ 报告中探讨了心理疾病管理和治疗的相关证据，并将心理疾病分为四种类型：围产期心理疾病、轻中度心理疾病、严重心理疾病、心理创伤与遭受虐待导致的心理疾病。研究结果因心理疾病类型及艺术形式不同而有所差异，但是无论对于那种类型，艺术在改善心理健康（或生理健康）方面的积极作用都是有限的。这篇研究报告关注了两大领域，一是美术/音乐/戏剧疗法，二是社区或参与式艺术活动，而本报告仅针对后者做出讨论。这篇报告还重点指出，艺术活动有助于打破人们对健康问题的偏见，增强人们对心理健康的认识。

近期发表的另外两篇综合研究分别是英国议会艺术、健康与幸福问题跨党派小组发布的《创意健康》(Creative Health, 2017)、英格兰艺术委员会发布的《健康与福利领域以及刑事司法系统中的艺术与文化——证据汇总》(Arts and Culture in Health and Wellbeing and in the Criminal Justice System: A summary of evidence, 2018)。后者在其中一个章节专门探讨了心理健康问题。目前，关于艺术与心理健康的系统性研究十分有限。

2006年，哈金 (Hacking)、萨克 (Sacker)、肯特 (Kent)、申顿 (Shenton)、斯潘德勒 (Spandler) 等学者共同发表了《心理健康与参与艺术活动之间的关系：英格兰艺术活动现状》

(Mental health and arts participation: the state of the art in England)¹⁹ 一文。这是一项针对英格兰社会融合调查部 (Social Exclusion Unit) 工作所开展的后续追踪调查。研究团队就英格兰地区面向16-65岁、需要心理健康干预的人群开展的参与式艺术项目做了调查。据估计，研究团队共发放230份调查问卷，最后收回116份，其中102份完成了问卷调查。研究人员在结论中指出，参与式艺术活动“在英格兰心理健康领域发挥着十分活跃的作用”²⁰。所有的参与式艺术项目都需要资金支持，而且由于缺少正式员工，项目开展过程中通常会招募大量志愿者。这其中不乏许多比较成熟的项目，有的已持续8年之久。总体而言，英格兰地区每周约有4000名通过各种渠道转介的对象加入参与式艺术项目。这些项目中最常见的活动形式是素描和油画 (77%)，其次是手工 (60%) 和创意写作。项目开展地点最常见的是社区 (48个项目)，其次是卫生保健场所 (38) 和专业艺术场所 (36)。研究人员认为，参与式艺术项目能够成功吸引黑人和其他少数民族参与进来。他们还采用了一系列方法对参与式项目的影响进行了评估。

18 Fancourt, D. and Finn, S. 《如何证明艺术能够促进健康、提升个人幸福感：范畴综述》(What is the evidence of the role of the arts in improving health and wellbeing? A scoping review). 世界卫生组织, 2019.

19 Hacking, Suzanne & Secker, Jenny & Kent, Lyn & Shenton, Jo & Spandler, Helen. 《心理健康与参与艺术活动之间的关系：英格兰艺术活动现状》(Mental health and arts participation: The state of the art in England), 2006. 《英国皇家学会促进健康杂志》(The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health), 126. 121-7.

20 同上。

第二年,哈金等学者又发表了一篇关于22个参与式艺术项目的研究论文,并收集了新增的62名受心理健康问题困扰的人士相关数据²¹。此次研究调查了项目开展4周后的效果以及项目结束6个月后的影响。尽管文中的归因分析不甚完善,但作者得出结论认为,这些项目能够提升参与者的个人幸福感,维护参与者权利,并帮助他们进一步融入社会。

2011年,莱基(Leckey)²²对11项关于不同环境下心理健康干预的研究成果进行了系统性梳理,结果表明,参与创意活动有助于缓解压力,放松心情,鼓励个人自我表达。

2013年,凡利特(vanLith)、斯科菲尔德(Schofield)和芬纳(Fenner)共同发表了《参与艺术活动对心理康复潜在效果的证据基础:批评性综述》

(*Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefits for mental health recovery: A critical review*)²³一文。文章重点关注了视觉艺术活动,运用拉尔(Lal)研究框架,分析了23篇已公开发表的关于艺术活动对心理健康潜在益处的论文。文章最后总结道,以往研究显示,参加艺术活动的益处主要体现在心理康复和社交能力恢复方面,尤其是自我认知、自我表达、人际关系和社会认同方面。

基础设施

MARCH网络 2018年,为了响应英国研究理事会(Research Councils)号召各成员单位合作研究心理健康问题的倡议,英国成立了众多研究网络,MARCH网络就是其中之一。MARCH网络的宗旨是“提升人们对社会、文化和社区资源在促进心理健康方面的认知”。据估计,全英国可利用的“资源”超过100万项,MARCH网络重点关注其中的艺术、文化和历史遗产资源。MARCH网络汇聚学术界研究人才,结合实践,力图改变心理健康领域的现行政策和实践。该网络面向英国全境开放,其资源库中存有大量相关研究成果(包括艺术领域)。

文化、健康与福利联盟是一个由英格兰艺术委员资助运营的行业服务组织,主要提供培训、会议服务,并定期发布刊物,参与者可免费加入。该组织由各地区代表组成管理团队,并在“活力体验网

络”(LENS)的指导下开展工作。

伦敦艺术与健康论坛(The London Arts in Health Forum)是一个旨在改善民众健康、提升民众幸福感的会员制机构,定期组织各类艺术活动、培训,发布刊物。英格兰地区的许多协会都是该论坛的会员,其中就包括非常活跃的西南艺术与健康协会(Arts and Health South West)等。

苏格兰艺术+健康网络(The Arts+Health Network Scotland)是一个专门提供信息支持与服务的会员制组织。

国外发展现状

在介绍英国国外的情况时,笔者需说明一点:本报告仅简单列举了欧洲和北美的例子,未做详尽、全面介绍。毋庸置疑,世界上其他国家和地区也有很多艺术与心理健康组织和活动,而且许多国外学者(尤其是非洲学者)还十分重视殖民主义与奴隶制对心理健康的影响。例如,《黑皮肤,白面具》一书的作者、精神病学家弗朗茨·法农(Frantz Fanon),曾在阿尔及利亚等地推行精神病学社区模式,并批判了为殖民主义服务的精神病理学。下面举例本意并非与英国一较高下,而是为了说明英国的艺术与心理健康实践借鉴了诸多国际经验。

N.E.F.E.L.E项目是由9个分别来自希腊、西班牙、法国和比利时的组织所组成的行动网络。这些组织主要策划以艺术与心理健康为主题的部分全国性节日。其总部位于布鲁塞尔,由欧盟“文化计划”提供资助。

欧洲有许多博物馆都建在精神病医院内部,或利用精神病医院的档案资料进行艺术创作、学术研究或策划展览。例如丹麦奥尔胡斯的欧弗泰西博物馆(Museum Overtaci)以及比利时的吉斯兰医生博物馆(Dr Guislain Museum)。另外,在法国南部的圣保罗精神病院(Saint-Paul),人们依然能看到梵高当年在此留下的痕迹。马丁·贝利(Martin Bailey, 2018)通过研究梵高画作《星空》证实,梵高的许多优秀作品都是在这家精神病院完成的。

21 Hacking, S., Secker, J., Spandler, H., Kent, L., Shenton. 《参与式艺术项目对受心理健康问题困扰的人群影响评估》(Evaluating the impact of participatory art projects for people with mental health needs), 2008. 《社区卫生和社会保健》(Health & Social Care in the Community), 16: 638-648.

22 Leckey, J. 《创意活动对心理健康的疗效:系统性文献综述》(The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature), 2011. 《精神病学和精神卫生护理杂志》(Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing), 18: 501-509.

23 Lith Van, T., Schofield, Margot J., and Fenner, P. 《参与艺术类活动对心理康复的潜在效果的证据基础:批评性综述》(Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefit for mental health recovery: A critical review), 2013. 《残疾与康复》(Disability and Rehabilitation), 35: 16.1309 - 1323.

坐落于荷兰哈勒姆市的疯狂博物馆，以前曾是一座国家精神病学博物馆，目前正在重新装修，预计于2020年重新开馆，届时将正式更名为非凡心灵博物馆 (Museum of the Mind)。该馆与阿姆斯特丹冬宫博物馆合作创立了一座域外艺术博物馆，馆内收藏众多原生艺术作品，而其隔壁就是热闹的“域外艺术画廊” (Outsider Gallery) 工作室。此外，鹿特丹的一家重要救助组织创立了美丽的海伦普拉茨画廊 (Atelier Herenplaats)，至今已有30年历史。该画廊面向受学习障碍和心理健康问题困扰的人群开设了将近40个画室，还推出了一

项宏大的展览计划。鹿特丹还有一家巴别塔剧院 (Theater Babel)，每年都会组织普通演员和残障演员举办135场演出。在荷兰乌特勒支省，一个精神病护理机构长期开展艺术家驻地项目，其中包括一项名为“美丽忧郁” (Beautiful Distress) 的活动。该活动与美国布鲁克林区的国王郡医院 (Kings County Hospital) 建立了合作关系，每年选派4名荷兰艺术家进驻该医院3个月，以那里的病人和员工为灵感进行艺术创作。活动方还在阿姆斯特丹开设了一个名为“美丽忧郁之家” (Beautiful Distress House) 的展览馆。

芬兰

在芬兰，艺术与心理健康活动的发展与本国的国情密不可分。芬兰拥有强有力的国家和市政领导体制，公共支出高昂，是一个高度发达、进步的公民社会。这为该国艺术与心理健康活动的繁荣发展提供了十分有利的条件，同时也使芬兰民众充分认识到了心理健康问题的普遍性。(大约有四分之一的芬兰人面临心理健康问题的困扰，且对他们的人生产生了一定程度的负面影响；7%的芬兰成年人患有抑郁症、焦虑症和酗酒导致的相关疾病。²⁴)

上一届芬兰政府将推广艺术活动作为提升民众幸福感的重要手段，并将其列为政府的26项关键工程之一。新一届政府则要求各市大力推广文化发展，并按照拟定好的艺术与健康/幸福框架向中央政府报告相关进展。

芬兰所实施的一系列举措中，最重要的一项是将于19世纪40年代的拉平拉赫蒂 (Lapinlahti) 收容所改造成“拉平拉赫蒂之源”健康中心 (Lapinlahti Lähde)。该中心位于赫尔辛基，目前共有8名员工，充分利用周围美丽的海滨和绿地环境开设了多个工作坊。这是一个开放式的社区机构，每年会举办大约200场关于文化和心理健康的主题活动，旨在消除人们对心理健康问题的偏见。

芬兰是“心灵会所” (Clubhouses) 国际运动的参与国。这场发源于纽约的心理健康运动鼓励同伴之间相互支持，以帮助彼此克服心理障碍。参加文艺小组 (如组建乐队) 是该运动

常见的活动形式之一。此外，芬兰智库“库克诺里” (Kukonori) 正在组建一个涵盖8家文化馆的服务网络，旨在通过同伴支持的模式为18-35周岁的成年人提供帮助。

芬兰心理健康协会 (MIELI) 是芬兰三大全国性组织之一。该协会采用苏格兰心理健康艺术节的成功模式，每年5月举办一次全国艺术与心理健康周活动，届时该协会的所有地方成员机构中 (共56个) 约有一半都会参与进来。

芬兰的其他例子包括：

- 由韦斯屈莱市的芬兰中部舞蹈中心 (Dance Centre of Central Finland) 发起的“婴儿舞动1小时”活动 (baby dance hour)，旨在提高人们对围产期心理健康问题的重视；
- “自画像”舞蹈活动 (Self-portraits)，由芬兰受心理健康问题困扰群体家人协会发起的一项同伴支持活动；
- “艺术工坊” (Art Forge) 是在赫尔辛基郊外开展的一个艺术与健康专业项目。该项目不仅开设了众多艺术工作坊，而且每年还会制作一部戏剧。

24 《心理健康简报：欧盟成员国的现状和活动发展》 (Mental health briefing sheets: Facts and activities in members states, European Union). ec.europa.eu/health/archive/ph_determinants/life_style/mental/docs/finland.pdf.

坐落于挪威首都奥斯陆的维尔敦韦剧院 (Teater Vildenvei), 20多年来一直致力于将戏剧艺术与心理康复治疗相结合。法国鲁昂自1988年起每年都会举办“艺术与撕裂节”(The Festival Art et Déchirure)。德国明斯特市的坎纳美术馆 (Kunsthau Kanne) 位于一家精神病医院内, 下设一个博物馆和一个工作室。该美术馆每两年都会举办一次域外艺术展, 向观众呈现来自德国和世界各地的域外艺术作品。来自德国小镇巴特迪克海姆 (Bad Dürkheim) 的表演艺术兼视觉艺术家沃尔夫冈·绍特迈斯特 (Wolfgang Sautermeister), 在当地开设了表演艺术与视觉艺术研修班, 同时还经营着一家画廊。

位于加拿大多伦多的“工匠艺术”(Workman Arts) 是一个跨学科艺术与心理健康机构, 由一名精神科护士创办于1987年, 现有400余名艺术家会

员。该机构每年10月份都会举办名为“遇见疯狂”(Rendezvous with Madness) 的国际艺术节。在美国纽约, “壁画艺术”项目 (Murals Arts) 致力于帮助人们重新思考社区建设与心理健康的关系; 纽约心理健康电影节 (New York Mental Health Film Festival) 聚焦关注心理健康问题的优秀影片。

“域外艺术”是一个比较宽泛的概念(相较于欧洲大陆和美国, 英国很少使用这一概念)。受心理障碍困扰、自学成才的艺术家所创作的作品也可视为“域外艺术”。正因如此, 商业性的域外艺术展(包括一年一度的巴黎大型域外艺术展) 往往会吸引众多视觉艺术组织前来参展。

“艺术共联·爱丁堡”(Artlink Edinburgh) 活动参与者正在设计蜂蜜罐。图片经“艺术共联·爱丁堡”同意转载。





图片经“核心艺术”组织 (Core Arts) 同意转载。

艺术与心理健康活动

以下三节的内容（艺术形式、艺术组织及实施环境）是英国艺术活动丰富多样性的局部体现。更多例子可参考附录一。不同类型的艺术活动之间也许会出现相互交叉，例如视觉艺术组织也可能会涉足创意写作，而且大部分艺术组织并不会局限于特定的艺术形式。笔者希望能够通过以下例子帮助人们更好地了解这一领域的复杂性。

艺术形式

视觉艺术

视觉艺术（广义上包括但不限于雕塑和陶艺）可能是最常见的一种艺术形式。“艺术房间”（Art Room）是一个面向5-16岁青少年提供治疗性心理干预的工作室。评估结果显示，87.5%的活动参与者承认自己的情绪得到了改善，且自尊心有所增强²⁵。

专业的艺术与心理健康机构通常会涉足多种多样的艺术形式，其中就包括视觉艺术，例如格洛斯特郡的“艺术便车”组织、伦敦的“巨龙咖啡屋”

（Dragon Café）、剑桥的“艺术与心灵”（Arts and Minds）组织等等。位于埃塞克斯郡的“开放艺术”（Open Arts）是由NHS信托运营的一家机构。它会向参与者提供一些工作室实习职位，并给予适当支持，以促进其职业发展。伦敦东部的“核心艺术”组织（Core Arts）由艺术家保罗·蒙克斯（Paul Monks）创办。当时任职于哈克尼医院（Hackney Hospital）的保罗发现自己的课程很受心理疾病患者欢迎，于是便创办了该组织。

“艺术通路”（Outside In）是一个非常重要且独特的全国性慈善机构，由马克·斯蒂恩（Marc Steen）创办于2006年，当时斯蒂恩正任职于帕兰德之家画廊（Pallant House）。2017年，该机构脱离帕兰德之家画廊开始独立运营，并成为英格兰艺术委员会指定的国家代表作机构（National Portfolio Organisation）。

楼上工作室（Studio Upstairs）

楼上工作室是一家艺术与心理健康慈善团体，致力于向受情感或心理障碍困扰的人群提供艺术治疗服务。

该机构于1988年在伦敦北部成立，由两位艺术家在透景画艺术中心（Diorama Arts Centre）与卡姆登志愿行动组织（Camden Voluntary Action）的支持下共同创建。30多年来，楼上工作室多次更换办公地点，在伦敦南部以及布里斯托尔设立了分支机构，并拓展活动内容，增加了表演艺术和创意写作。

不过，工作室的使命和愿景自始至终未曾改变过，一直坚持为处于困境中的群体提供长期支持，而非仅限于短期干预。

楼上工作室以社区为单位，向社区民众提供多种多样的服务。工作室成员可以自主进行艺术创作，也可以为艺术经验不足的群体开设艺术工作坊，并为看护人员提供临时服务。受心理障碍困扰的人可通过多种途径转介到工作室，如自我转介、通过全科医师转介等。来自伦敦、布里斯托尔、北萨默塞特、南格洛斯特郡、威尔特郡、巴斯和东北萨默塞特郡等地的成年转介对象，可凭当地政府出具的护理计划书（Care Plan）申请加入工作室。

25 Cortina, Melissa & Fazel, Mina.. 《艺术间：对有情绪和行为障碍的学生进行校内定向集体干预的评估》（The Art Room: An Evaluation Of A Targeted School-based Group Intervention For Students With Emotional And Behavioural Difficulties），2014. 《心理治疗的艺术》（*The Arts in Psychotherapy*），11. 10.1016/j.aip.2014.12.003.

目前，“艺术通路”在布莱顿的法布里卡画廊（Fabrica Gallery）和奇切斯特市均设有分支机构，主要服务内容包括艺术家培养、艺术培训以及艺术展览。该机构还与众多艺术场馆建立了合作关系，如普尔博物馆（Poole Museum）、格拉斯哥现代艺术博物馆（Glasgow Museum of Modern Art）等。在“艺术通路”组织的成员中，大约有三分之一的人面临着心理健康问题的困扰，而其他艺术家或有学习障碍，或无家可归，又或经历过其他不幸。他们的作品被排斥在主流视觉艺术之外，不受各大画廊的欢迎，由此促使这一群体团结起来。目前已有2000多名艺术家开通了自己的个人网站。

部分专业艺术与心理健康机构会以视觉艺术作为其主要或唯一的艺术形式。例如邓迪市的“艺术天使”（Art Angel）、贝特莱姆艺术画廊（位于伦敦南部贝特莱姆皇家医院内）、布莱顿市的“艺术空间”（Artspace）以及纽卡斯尔市的红辣椒艺术工作室（Chilli Studios）。此外还有别具一格的“Cathja”公益机构，其以伦敦西部的一艘游艇为办公地点，并曾因此荣获最佳创意选址奖。

英国心理健康公益机构麦恩德（Mind）的许多分支也会组织开展视觉艺术活动，其中表现最突出的当属伦敦北部卡姆登区的“葡艺印迹”组织（Portugal Prints）。该组织不仅推出艺术工作坊和艺术展，还经常带参与者参观艺术画廊，如皇家美术学院（Royal Academy）。

许多慈善艺术团体十分关注与心理健康问题人群或心理健康机构的合作。例如，“走进病室”（Hospital Rooms）就曾委托艺术家创作用于装饰病房的新作品，为病房增添活力。另外还有英格兰的“医院油画”组织（Paintings in Hospitals）、苏格兰的“让艺术走进医疗”组织（Arts in Healthcare）等。

一些参与式艺术或其他艺术组织也会提供视觉艺术活动，例如视觉艺术促进文化发展协会（ACAVA），该协会管理着伦敦和东南地区的大量艺术工作室；莱斯特的“轻抚艺术”公益团体（Soft Touch）；拉夫伯勒的“查恩伍德艺术”组织（Charnwood Arts）、诺丁汉的“城市艺术”组织（City Arts）。“城市艺术”还与诺丁汉大学心理健康研究院建立了合作关系，每年联合举办多场展览，其中包括一年一度的全国公共艺术展。位于怀特岛的公益组织“独立艺术”（Independent Arts）每周都会举办名为“焦虑症咖啡厅”的艺术工作坊。约克郡雕塑公园（Yorkshire Sculpture

Park）与西南约克郡NHS信托基金会（South West Yorkshire Foundation Trust）资助的“创意心灵”项目（Creative Minds）进行合作，共同发起了“适时而变”运动（Subject to Change），每月组织一次创意活动，如户外徒步参观展览等。贝尔法斯特的“艺起发声”项目（ARTiculate）鼓励年轻人一同创作涂鸦艺术。

音乐与歌唱

“我记忆最深刻的一堂课是和一位有心理障碍的学员一起上的。40年来，他一直断断续续地忍受着心理健康问题的折磨。那时我们要合唱一首甲壳虫乐队的歌，他决定加入我们的合唱。在他母亲的葬礼上曾播放过那首歌，而他也一直未能从失去母亲的伤痛中走出来。他说那次合唱帮助他战胜了自己内心的伤痛。他的心理健康问题至今已有3年多没再复发了，他相信是那天的合唱起了作用。”

利物浦皇家爱乐乐团音乐与心理健康项目首席音乐家

相较于其他艺术形式，有充分证据表明音乐演奏和唱歌能对个人情绪和幸福感产生积极影响，不过关于此类音乐活动在改善心理健康方面的效果，人们关注较少。由盖伊与圣托马斯NHS信托基金会（Guy's and St Thomas' NHS Foundation Trust）资助的“呼吸艺术健康研究”（Breathe Arts Health Research）是这方面为数不多的项目之一。该项目对148名受产后抑郁症困扰的母亲进行了观察，分析比较了合唱、其他创意活动以及抗抑郁药物与心理干预综合疗法对她们的影响。得益于惠康信托（WellcomeTrust）的最新资助，研究人员将继续扩大研究规模。2016年，范科特（Fancourt）等学者通过研究发现，集体击鼓能够对心理健康状况产生积极影响²⁶。同年，珀金斯（Perkins）、约克（Yorker）、范科特等学者通过随机控制试验发现，集体合唱能对产后抑郁症起到积极的疗愈效果²⁷。

26 Fancourt D, Perkins R, Ascenso S, Carvalho LA, Steptoe A, Williamon A. 《集体击鼓干预手段对心理健康服务对象焦虑症、抑郁症、社会适应力和炎症免疫反应的影响》（Effects of Group Drumming Interventions on Anxiety, Depression, Social Resilience and Inflammatory Immune Response among Mental Health Service Users），2016. 《公共科学图书馆期刊·综合》（PLoS ONE），11（3）.

27 Perkins R, Yorke S, Fancourt D. 《合唱如何促进产后抑郁症的康复：比较定性研究》（How group singing facilitates recovery from the symptoms of postnatal depression: a comparative qualitative study）. 《BMC心理学》（BMC Psychol），2018；6（1）：41.



艺术共联·爱丁堡 (Artlink Edinburgh) 主办的“共同行动”活动现场音乐表演。图片经“艺术共联·爱丁堡”同意转载。

致力于心理健康服务的综合性艺术组织大多都会开展音乐演奏或声乐活动，例如剑桥的“艺术与心灵” (Arts and Minds)、伦敦的“核心艺术” (Core Arts)、曼彻斯特的“情绪韵摆”

(Moodswings)、罗宾汉基金会在布莱顿健康与福利中心 (Brighton Health and Wellbeing Centre) 开设的“疗愈、表达与康复的艺术” (HERA) 项目以及伦敦的“巨龙咖啡屋”等等。

有些独立合唱团成立的初衷也是为受心理健康问题困扰的群体提供帮助，例如卡迪夫大学的“灵感合唱团” (Inspire Choir)、爱丁堡的“和谐合唱团” (Harmony Choir) 以及“斯旺西谷合唱团” (Swansea Valley Choir) 等。伯明翰幸福社区合唱团 (The Birmingham Wellbeing Community Choir) 最初由健康信托基金 (Health Trust) 资助，资金耗尽后开始转而向会员募集小额捐款或出售商品 (如合唱团专辑《真

彩》< True Colors >)，以维持运营。该合唱团参加过许多社区演出和活动演出，其自称是临床医生的接替者。

还有少数专业的艺术与心理健康组织也会开展音乐活动，如伦敦南部的“健康心灵” (Sound Minds)、伦敦北部的“键变” (Key Changes) 等。布莱顿的“韵音荟萃” (Rhythmix) 也推出了一项宏伟计划，即将社会福利与教育融入到音乐创作中，与受困于生理疾病、学习障碍或心理健康问题的人一起进行音乐创作。布里克斯顿音乐慈善机构“原材真艺” (Raw Materials) 会员范围广泛，其专门为受心理健康问题困扰的人群推出了一项名为“原声” (Raw Sound) 的专业音乐活动。该机构在医院病房或社区开展工作，旨在帮助人们获得主流社会群体所享有的教育和工作机会。

利物浦皇家爱乐乐团音乐与心理健康项目 (Music and Mental Health Programme)

自2008年起，利物浦皇家爱乐乐团与默西护理NHS信托基金会 (Mersey Care NHS Foundation Trust) 展开合作，为一万余名服务对象、家庭成员和护工现场演奏音乐，或为他们提供创作音乐的机会。自该项目启动以来，已有超过50名专业音乐人参与进来，以他们高水准的音乐表演帮助人们提升幸福感，改善心理健康状况。

这一项目主要在公共机构或当地社区内开展，包括默西护理下设的“生命房间” (Life Rooms)。

具体课程包括音乐创作、作曲、作词、舞台表演、即兴创作与合唱。在“生命房间”中，音乐人会教授康复学院的相关课程，如即兴创作、超级声乐、音乐推手以及音乐与电影。每门课程结束时还会组织学习分享会，学员们将有机会参加未来在利物浦皇家爱乐乐团音乐厅举办的相关活动，包括音乐进阶课程、现场排练、观赏音乐会等。默西护理的服务对象还可获得在利物浦皇家爱乐乐团工作的机会，不过前提是他们需要通过专项面试，满足利物浦爱乐乐团基层岗位的基本入职条件。

利物浦皇家爱乐乐团推出了音乐与心理健康项目五年计划，目的是进一步拓展卓有成效的合作，从而将其影响力扩展至利物浦市区。根据该计划，利物浦皇家爱乐乐团将在2019-2020年与柴郡与威勒尔联合NHS信托基金会 (Cheshire & Wirral Partnership NHS Foundation Trust)、威勒尔地方议会 (Wirral Council) 建立合作关系。利物浦皇家爱乐乐团将会继续帮助社会公众增强心理健康意识，支持当地的心理健康问题去污名化运动，如默西护理和零自杀联盟 (Zero Suicide Alliance) 共同发起的“茶香心语” (Big Brew) 运动。

“在漫长的康复过程中，音乐课程让我获益良多，我就像抓到了救生圈一样。”

利物浦皇家爱乐乐团音乐与心理健康项目参与者

一个十分有趣的例子是布莱顿新成立的“新乐符管弦乐队” (New Note Orchestra)，专门帮助人们戒除成瘾症。“心理健康补乐” (Tonic Music for Mental Health) 是一家位于朴茨茅斯的机构，面向英国南海岸地区提供服务，其宗旨是通过音乐消除人们对心理健康问题的偏见。机构创始人凯文·卡明斯 (Kevin Cummins) 和特里·霍尔 (Terry Hall) 曾是“特立独行”乐队 (The Specials) 成员。

“乐不容缓”组织 (Live Music Now) 在英国各地提供音乐服务，鼓励受过专业训练的乐坛新人在“非传统环境”下 (如医院) 进行创作或表演。该机构与蒂斯·艾斯克与威尔山谷基金会 (Tees Esk Wear Valley) 合作，共同打造安全的心理疗愈环境。

还有许多音乐项目专门面向儿童和青少年群体，

包括因心理健康问题发作而中断学业的人。伦敦城市交响乐团 (The City of London Sinfonia) 在贝特莱姆与莫兹利医院学校 (Bethlem and Maudsley Hospital School) 开设了一个为期3年的驻地音乐项目。

戏剧与电影艺术

戏剧艺术的一个重要特点就是把人们的生活经历戏剧化。因此，许多剧场也会把现实中的心理健康问题搬上舞台。心理健康作为戏剧主题的历史非常悠久，甚至可以追溯到古典时代。很多享有盛誉的经典戏剧 (从《李尔王》到最近的《蓝/橙》) 背后都蕴含着深刻的心理学寓意。长期以来，奥古斯都·波瓦的《被压迫者剧场》 (Theatre of the Oppressed) 一书以及安托南·阿尔托的“残酷戏剧” (Theatre of Cruelty) 理论对戏剧艺术实践产生了深远影响。

阿科拉剧场 (Arcola Theatre)

位于伦敦东部哈克尼区的阿科拉剧场成立于2000年,因其发人深省而又激动人心的戏剧作品而远近闻名。为了服务当地社区,阿科拉剧场先后创立了5个社区分剧场,鼓励边缘化人群参与其推出的戏剧活动。其中一家是成立于2014年的心理健康剧场(Mental Health Company)。

该剧场每年主要推出两个项目,通过戏剧工作坊集体创作以心理健康为主题的原创性戏剧作品,并在夏季组织公开演出(或在剧场,或露天)。该剧场由当地政府资助运营,可提供免费

会员服务,且每周都会举办戏剧工作坊活动。此外,为了提供充分的保障措施和精神关怀,该剧场还专门成立了包括临床医生在内的项目特别指导小组。

著名精神病学家巴塞尔·范德考克(Bessel van der Kolk)教授长期以来一直致力于心理创伤研究。他认为,创伤是很多心理健康问题的根源,并指出创伤能够改变大脑结构。同样,通过心理疗法、谈心疗法、药物疗法或者各种身体控制练习,患者也可以重塑大脑神经,战胜创伤。2014年,巴塞尔出版了《身体从未忘记》(*The Body Keeps the Score*)一书,引起了巨大反响。书中有一章专门介绍了如何利用戏剧手段来克服心理障碍。作者在该章开头介绍,他的儿子当时患有慢性疲劳综合征,而参演《西区故事》(*West Side Story*)的经历对其起到了积极的治疗效果。然后作者介绍了戏剧艺术(包括古典主义戏剧)在美国军队中的广泛传播以及美国开展的大量戏剧艺术项目(如“城市即兴”(Urban Improv))。巴塞尔在波士顿成立的创伤中心(Trauma Center)曾对这些项目做出评估,并给予了高度评价。

2018年,托里森(Torrissen)与斯蒂克利(Stickley)共同发表了一篇叙事研究报告。报告中指出,对挪威维尔敦韦剧院12名参与者的分析结果表明,参与戏剧艺术活动对他们的心理健康产生了积极影响²⁸。

如今,以心理健康为主题的戏剧作品越来越多。在这一背景下,英国心理健康基金会与《苏格兰人报》联合发起了一项评选活动,旨在评选出爱丁堡艺术节上的最佳心理健康主题表演。此类作品虽

然体现了对心理健康问题的重视,但它们通常都是个人作品,影响力有限。本报告更为关注英国开展的大型项目。

有些剧场仅涉足关于心理健康的参与式戏剧作品。位于布里斯托尔的“走出剧场”(Stepping Out Theatre)成立于1997年,至今已推出过70余部戏剧作品。“无剧场”(Without Theatre)主要关注青少年群体。格拉斯哥的尼莫剧场(Theatre Nemo)是创始人在经历家人自杀的悲剧后创办的,至今已10余年历史。沃特福德的“偶有癫狂”(May Contain Nuts)是一家刚成立没几年的剧院,最初附属于一家精神病院病区,现已在当地社区获得独立运营资质。流体运动剧院(Fluid Motion Theatre Company)位于贝辛斯托克,主要创作以心理健康为主题(如饮食失调等)的自传式戏剧作品。多年来该剧院一直坚持举办周末艺术节。

还有部分剧院十分重视同心理健康问题高发群体之间开展合作。以吉斯剧场(Geese Theatre)为例。该剧场曾因在刑事司法机构中开展蒙面表演而备受瞩目,不过如今越来越多地参与到心理健康活动中,服务对象也包括司法机构。威尔士的“重生剧场”(Re-Live Theatre)在拓展业务过程中,将目光投向了退役士兵,尤其关注那些患有创伤后应激障碍的退伍军人。纸箱公民剧团约有40%的会员曾面临无家可归的困境,他们大多面临心理健康

28 Torrissen, W., & Stickley, T. 《参与式戏剧艺术与心理健康康复: 叙事研究》(Participatory theatre and mental health recovery: a narrative inquiry). 《公共卫生展望》(*Perspectives in Public Health*), 138(1), 47-54.

图片经北爱尔兰esc影业同意转载。



"If my film stops one person
getting killed -
I'd be happy."
- Participant SCFC

esc影业 (esc films)

esc影业成立于1999年, 全称为“教育式莎士比亚剧团”(Educational Shakespeare Company)。该剧团原隶属于迈克尔·波格丹诺夫(Michael Bogdanov)运营的一家慈善机构, 后来迈克尔派副手汤姆·马吉尔(Tom Magill)在贝尔法斯特成立一个分支机构, esc影业由此诞生。马吉尔的工作方式令奥古斯都·波瓦颇为赞赏, 被后者选为自己在北爱尔兰的代表。

2003年, esc剧团开始涉足电影制作领域, 并与监狱系统开展广泛合作。电影《米奇·B》(Mickey B)的问世是该剧团发展历程中的转折点。这是世界上第一部在戒备森严的监狱中拍摄且演员全部为押犯人的电影。它的成功使esc剧团获得了深入司法机构开展活动的

机会, 从而开启了该剧团迈向“治疗式电影制作”的全新篇章。esc剧团开始向有过犯罪记录且饱受严重慢性心理健康问题困扰的人群提供救助, 并将其称为“人生逆转”(Second Chance for Change)行动。自2018年起, esc剧团继续拓宽思路, 广泛与遇到心理健康问题的人群合作, 共同制作电影, 并正式更名为esc影业, 开启一段全新旅程。汤姆·马吉尔现在是esc影业的负责人之一。

目前, esc影业已运用开创性的方法制作了大量电影, 希望通过团队协作与创造性的叙事方式帮助人们重塑人生。读者可访问www.esc-film.com/film-as-therapy, 了解更多相关信息。

问题的困扰(详见48页案例分析)。伦敦的“外缘剧场”(Outside Edge)则重点关注正在戒除酒瘾或其他药物依赖的人群。

专业的综合性心理健康与艺术机构通常会成立自己的附属剧场或者开设戏剧工作坊, 慈善机构“唐卡斯特社区艺术”(简称darts)就是其中的代表之一。

一些大型戏剧制作机构也推出了很多有趣的项目, 例如奇切斯特节日剧场(Chichester Festival Theatre)以大胆启用年轻人而闻名。该剧场目前已在当地一家司法机构启动了戏剧项目。伯明翰轮演剧团(Birmingham Rep)是四届贝德莱姆艺术节(Bedlam)的重要合作伙伴, 旗下也有一个非常成功的剧场, 主要面向受心理健康问题困扰的黑人群体提供服务——这些人后来大都成功就业或进入高校深造。诺丁汉剧场(Nottingham Playhouse)是一个致力于促进公民发展的艺术机构, 现为“变在眉睫”运动(Time to Change)的活动中心, 积极支持这场全国性的心理健康问题去污名化运动。诺定汉剧场还曾成功上演阿兰·本奈特(Alan Bennett)的畅销作——《疯狂的乔治王》(The Madness of King George), 引发了一场关于心理健康的社区大讨论。

有些心理健康艺术节也会关注电影作品, 这在北爱尔兰、苏格兰等地都比较常见。苏格兰心理健康艺

术节甚至还会在节日期间举办国际电影节。

创意写作与口头表演艺术

英国广播公司Radio 4频道(简称BBC Radio 4)的“前排”(Front Row)节目推出了一个关于艺术与心理健康的系列节目。作家兼节目主持人斯蒂格·阿贝尔(Stig Abell)称自己20多岁时经常通过阅读小说来缓解心理抑郁。关于自我疗愈的书籍、传记和小说比比皆是, 其中不乏对心理健康的详细介绍。马特·黑格的《活着的理由》(*Reasons To Stay Alive*)一书销量多达上百万本, 还被改编成了话剧。利物浦慈善机构“读者”(The Reader), 影响力遍及全国, 十多年来一直坚持在精神科病区举办读书分享会活动。

创意写作是许多参与式组织或艺术与心理健康组织最常采用的活动形式之一。这方面的例子很多, 如斯托克波特的“弧光”(Arc)、威尔士的“艺术关怀”、邓迪的“艺术天使”以及萨默塞特的“创意之作”(Creativity Works)等等。麦恩德的许多分支机构也会成立创意写作小组。研究型智库心理健康中心(Center for Mental Health)开展了驻地作家(Writer in Residence)试点项目, 最后取得圆满成功。该中心邀请的驻地作家主要从事非小说类文章写作, 均是心理健康问题的亲历者。

苏格兰诗歌图书馆：文化处方项目 (The Scottish Poetry Library: Prescribe Culture)

目前，虽然NHS社会处方计划在苏格兰的普及程度不如英格兰，但爱丁堡大学的博物馆服务团队正在与苏格兰诗歌图书馆合作开展名为“文化处方”试点项目。该项目第一阶段只面向爱丁堡大学的在校学生开展，之后会陆续扩展到全市范围，加入爱丁堡市议会（Edinburgh Council）推出的“建设全龄友好型健康社会”（Delivering a Healthier City for All Ages）计划。“文化处方”项目旨在为面临轻度心理障碍、被孤立的大学生提供帮助，项目启

动资金来源于彩票基金。该项目通过学校里的学生辅导专员（Student Support Officers）和初级关怀服务部门开具“非药物处方”，即由苏格兰诗歌图书馆与各大博物馆举办的文化活动。苏格兰诗歌图书馆希望借此机会扩大影响力，成为造福大众的福利中心。目前该图书馆已制作了多份有关心理健康主题的诗歌清单，并启动了“死亡咖啡馆”（Death Cafés）等相关活动。

威尔士艺术界一直十分重视讲故事这种活动形式，而当涉及到心理健康话题时，当地往往会采用十分有趣的活动方式。斯旺西湾大学健康委员会（Swansea Bay University Health Board）每年都会主办一场“讲故事促健康”（Storytelling for Health）国际大会。该委员会还聘请了一名精神科护士（兼故事讲述人），负责主持在司法系统中精神病患者分监区建设开展的艺术活动。

英格兰艺术委员会一直非常支持各地写作机构的发展。不过，心理健康话题似乎并不是这些写作机构关注的重点。

很多曾受心理健康问题困扰的人都会通过诗歌创作来探讨心理健康问题，尤其是接受心理疗愈的那段特殊经历。“幸存者诗歌”（Survivors Poetry）就是一个由心理健康问题康复群体主导的机构。该机构成立于上世纪90年代，直至今日，这里的诗人们仍在不断搜集创作素材，并通过诗朗诵表演互相支持。在口头表演艺术方面，苏格兰社会企业“真我讲述”（Real Talk）鼓励人们勇敢讲出自己的故事，提升个人幸福感。位于伦敦的“苹果与毒蛇”组织（Apples and Snakes）是一个著名的诗歌表演机构，影响力遍及整个英格兰地区。该组织推出了众多以心理健康为主题的诗歌表演作品，例如《拥挤》（Crowded）。《拥挤》是一首感情丰富的口头表演艺术作品，以年轻人的心理健康为主题。

近年来，脱口秀艺术开始广泛触及心理健康话题，爱丁堡艺穗节上的脱口秀节目便是一个例子。许多著名喜剧人都曾围绕着自己的心理健康状况进行

创作和表演，包括倦人咖啡屋（Frazzled Café）创始人卢比·瓦克斯（Ruby Wax）和喜剧演员斯蒂芬·弗雷（Stephen Fry）等。

舞蹈

“魔力计划项目”（Alchemy Project）由“舞联约克郡”组织（Dance United Yorkshire）、文化企事业单位协会（Cultural Utilities & Enterprises）和南伦敦与莫兹利NHS信托基金会（SLaM）共同发起，以舞蹈作为精神紊乱早期介入的手段。项目人员对两组18-35岁没有舞蹈经验的成年患者（每组12人）做了调查研究，结果发现舞蹈介入法使他们的幸福感得到了明显提升。

颇为遗憾的是，除了将舞蹈当作一种疗愈方法外，几乎很少有艺术与心理健康机构提供舞蹈课程。舞蹈是一种强有力的自我表达方式，这一点在众多舞蹈表演中均有体现。例如，朗尔·马考卢（Lanre Malaoku）的舞蹈作品《闭而不谈》（The Elephant in the Room）讲述了受心理健康困扰的普通黑人工人的故事。此外，这类作品还包括苏格兰舞蹈家茱莉亚·詹姆斯·格里菲思（Julia James-Griffiths）的《盒子》（The Box）、卡多尼亚·沃尔顿（Caldonia Walton）与凯瑟琳·理查德森（Katharine Richardson）的《重/等》（Weight/Wait）以及斯图尔特·沃特斯（Stuart Waters）的《岩底》（RockBottom）等。

不过，英国也有提供舞蹈课程的艺术与心理健康机构，如位于萨默塞特的“凡脚舞步”（Mean Feet Dance），致力于通过舞蹈来提升人们的心理健康和幸福感。2009年，该机构启动了名为“向前一步”（Step Forward）的康复项目，帮助人们提高适应力和自控力，共计600人参与了该项目。

位于曼彻斯特的“变色龙舞团”（Company Chameleon）不仅与利兹市的小学开展合作，还与慈善组织“42号街”（42nd Street）的附属机构霍斯福尔中心（Horsfall Centre）建立了长期合作关系。此外，该舞团艺术总监凯文·爱德华·特纳（Kevin Edward Turner）还以自己的躁郁症经历为素材创作了一部舞蹈剧。

一年一度的苏格兰心理健康艺术节也非常重视舞蹈这种活动形式。邓迪轮演剧团旗下的苏格兰舞蹈剧场（Scottish Dance Theatre）曾对心理健康问题做了调查，这是英国唯一一家聘用了戏剧治疗师的剧团。

2017年，“东伦敦舞团”（East London Dance）与沙德勒之井剧院（Sadler's Wells）、“先发纽汉姆”组织（Headstart, Newham）建立了战略合作关系，为150名受心理健康问题困扰的10-16岁青少年开设舞蹈课程。编舞大师马修·伯恩（Matthew Bourne）曾创作了以抑郁症和自杀为主题的改编舞蹈剧《新罗密欧与朱丽叶》，沙德勒之井剧院将该剧的观众转介给了包括麦恩德及撒马利坦会（The Samaritans）在内的诸多慈善机构。

曼彻斯特“变色龙舞团”。图片版权©乔尔·切斯特·菲尔德斯（Joel Chester Fildes）。



艺术节

“看着其他人将自己无法言说或是在舞台之外无法体会的感情表达出来，你会感觉很难受，但同时又会觉得自己不再那么孤单。”

贝德莱姆艺术节观众

艺术节是一种欢庆式活动，广泛汇聚不同的艺术形式，并将特定主题或社会群体带入公众的视野。艺术节往往较为短暂，举办时间不定，因此很难将其定性为某种可追溯的艺术形式。

如前文所述，国外有很多以艺术与心理健康为主题的艺术节，如多伦多、悉尼、都柏林、希腊、西班牙、芬兰、立陶宛等城市都会举办这类主题的艺术节。

从整个英国来看，英格兰目前似乎还没有全区性艺术节，不过，苏格兰（参见18页案例分析）、威尔士和北爱尔兰地区都成功举办过这种大规模艺术节。

2016年，威尔士的几家慈善机构联合举办了主题为“高墙”（Walls）的艺术节。北爱尔兰艺术节（The Northern Ireland Festival）始创于2013年，得益于esc影业的积极参与，电影一直是该艺术节的重点关注内容之一。2019年，北爱尔兰艺术节以“体像”（Body Image）为主题，首次将滑稽表演纳入其中。该艺术节每年5月举办，大部分活动都集中在贝尔法斯特，活动经费则由北爱尔兰艺术委员会提供。艺术节项目组办公地位于贝尔法斯特女王大学。

英格兰地区也有许多关于艺术与心理健康的艺术节，其中包括2016年在伦敦南岸艺术中心（Southbank Centre）举办的“改变思维”（Changing Minds）艺术节，以及“鲜活语言”组织（Living Words）在福克斯通举办的“非正常大脑艺术节”（Normal? Festival of the Brain）——一个以艺术与科学为主题的艺术节，最近一届于2018年举办。此外，还有2019年在曼彻斯特举办的“贵恙艺术节”（SICK! Festival），其主题既涵盖了心理健康，也涵盖了生理健康。

贝德莱姆艺术节 (Bedlam)

2019年，第4届贝德莱姆艺术节（两年一届）成功举办。该艺术节由伯明翰与索利哈尔心理健康信托基金会（Birmingham & Solihull Mental Health Foundation Trust）联合伯明翰轮演剧团、米德兰兹艺术中心（MAC）及SAMPAD南亚艺术组织（SAMPAD South Asian Arts）共同举办，由萨布拉·卡恩（Sabra Khan）担当制作人。2019年，吉斯剧场正式成为贝德莱姆艺术节的合作伙伴。节日活动经费主要来自门票收入、英格兰艺术委员会的专项拨款以及合作伙伴的资助。第4届贝德莱姆艺术节以伯明翰及索利哈尔心理健康信托基金会的重点事项为基本架构进行节日策划。艺术节期间既有预先规划好的活动内容，也有新委托完成的作品亮相，兼收并蓄，鼓励观众在活动或座谈会后展开积极讨论。2017年的艺术节参与者共计超过了3.4万人。

2019年艺术节的亮点包括：

- 三部参展话剧：坏孩子剧院（Les Enfants Terribles）《那件事》（The Thing），讲述了男性自杀的问题；SAMPAD组织《无比牢固的关系》（No Bond So Strong），由奥利维

娅·温特灵汉姆创作，以围产期心理健康为主题；吉斯剧场《游戏》（Playing the Game），讲述了几位在狱中服刑的母亲的故事；

- 米德兰兹艺术中心呈送的詹娜·内勒（Jenna Naylor）视觉艺术作品集，将公共画廊装点成植物园，带观众亲身感受艺术家“为幸福而画”的艺术理念；
- 一项包括舞蹈、视觉艺术工作坊、健康步行、电影、儿童表演和死亡咖啡馆等形式在内的综合性活动，在全市范围内举行；
- 一场由实习心理医生、内科医生和艺术家共同参加的研讨会，探讨如何用艺术手段预防自杀；
- 与伯明翰城市大学（Birmingham City University）、伯明翰博物馆和美术馆（Birmingham Museum & Art Gallery）、文化、健康与福利联盟（西米德兰兹郡）、乡村媒体公司（Rural Media Company）、“变在眉睫”组织以及西米德兰兹联合管理局（West Midlands Combined Authority）等众多机构建立广泛的合作关系。

图片经贝莱姆艺术节同意转载。



遗憾的是，利物浦心理健康联盟（Liverpool Mental Health Consortium）因资金不足已于2019年停止运营，而其主办的年度艺术节也不得不举办。此前，该艺术节已成功举办4届，并在英格兰艺术委员会的资助下不断扩大规模。2017年，赫尔当选为本年度的“艺术之城”。“艺术共联·赫尔”（Artlink Hull）与该市的“疯狂尊严”组织（Mad Pride）合作，共同举办了一场名为“或许是世界疯了”（Maybe it's the World that is Mad?）的艺术节。“玻璃之心”（Heart of Glass）是英格兰艺术委员会“创意人与环境”（The Creative People and Places）项目在圣海伦斯市的代理机构。2019年11月，“玻璃之心”委托残障艺术家“真空吸尘器”（原名詹姆斯·莱德比特）策划了一场名为“疯狂爱接力”（MadLove TakeOver）的艺术与心理健康艺术节。节日活动是在一家Argos百货商店的旧址上举办的，持续了整整一个月，每天接待观众数百人。活动现场展示了众多由受心理健康问题困扰的艺术家创作的艺术作品。

多元艺术形式

“来‘核心艺术’玩音乐是拯救我大脑的灵丹妙药。”

“核心艺术”组织音乐班学员

本报告提及的大多数艺术机构都不限于单一的艺术活动形式，我们将其称为多元或跨形式艺术机构。对于有喜爱偏好的活动参与者来说，多元艺术机构往往更具吸引力。

多元艺术活动在英国四大地区屡见不鲜，而且不同类型的艺术机构都有开展此类活动。

“核心艺术”组织 (Core Arts)

“核心艺术”组织由艺术家保罗·蒙克斯创立于1992年，原是哈克尼医院旧址上的空房间改造而来的一个工作室。当时，保罗的视觉艺术作品吸引了哈克尼医院内的很多心理疾病患者。几年后，工作室开始对外开放，先后举办多场展览，并在1994年注册为一家慈善机构。

如今的“核心艺术”已发展成为一家大型社会企业，以附近的学校旧址为活动中心，规模远胜当初。每年由NHS系统转介至“核心艺术”的受心理健康问题困扰的对象多达2000人左右，使其成为英国规模最大的专业艺术与心理健康机构之一。“核心艺术”的运营资金主要来源于四大项目：综合性艺术项目、体育项目、设计项目以及景观/园艺项目。

“核心艺术”致力于为转介对象提供院校式环境，将教育、就业与培训、创造力相结合。女性、残障人士以及亚裔和少数族裔学生是“核心艺术”重点关注的群体。在大部分情况下，该机构都会利用英国政府提供的个性化预算（50英镑/天）作为活动经费，每周开设80多个艺术课堂，涉及视觉艺术、数码艺术与表演艺术等多种活动形式；聘用60多名极具创意的

专业教师以及120名志愿者。“核心艺术”还成立了许多公共工作室和音乐室，以促进自主创新，并定期举办展览。

“尽管这里的人都是陌生人，但他们都很欢迎你。没有人向你施压，没有人跟你抢东西，也没有人会让你失望。在这里，我感到备受鼓舞，也学到了很多……我会继续提升完善自己学到的技能……在外面的世界一样如此。我会给自己买一架缝纫机，在家里做衣服，日后也有可能把这个发展成自己的事业……我觉得自己未来能做很多事情。”

“核心艺术”组织服装与纺织班学员

组织类型

本节对艺术组织、心理健康组织和大学、住房协会等其他组织进行了简单分类。

艺术组织可分为以下6类：

- 专门从事艺术与心理健康活动的艺术组织；
- 戒瘾康复艺术组织；
- 无障碍艺术组织；
- 参与式（或社区）艺术组织
- 专门面向心理健康问题高发人群的艺术组织（如难民、寻求庇护者、服刑人员及无家可归者）；
- “主流”艺术组织

专业的艺术与心理健康组织

专门致力于心理健康服务的艺术组织，其数量之多令人十分意外，因为该领域的工作颇具挑战性，

比如难以获得持续而又可靠的资金支持。毫无疑问，此类组织数量众多的原因不一而足，其中之一是工作人员通常具有强烈的使命感和责任感，且他们之中很多人都有相关的亲身经历。很多艺术与心理健康组织都是由曾患有心理疾病或就职于心理健康服务体系的人发起成立的。

此类机构中大多数只涉足某一种艺术形式。例如，专注于视觉艺术的组织包括邓迪的“艺术天使”、伦敦南部的贝特莱姆艺术画廊、伦敦和布里斯托尔地区的“楼上工作室”等。早在20世纪90年代末，索尔福德的“START启迪心智”组织（START Inspiring Minds）就已经开始面向受心理健康问题困扰人群开展社会处方艺术项目。如今，该组织现已发展成为一个大型的心理健康服务机构，每年接待400至600名参与者，重点开展视觉艺术和手工艺活动，其经费部分来自临床委托小组（CCG），发展路径多样化。

“键变”组织 (Key Changes)

“键变”组织位于伦敦北部的伊斯灵顿区，主要面向医院和社区中受抑郁症、焦虑症、躁郁症和创伤后应激障碍等心理健康问题困扰的青少年和成年人提供音乐课程和康复服务。“键变”组织利用自己的专业特长及其在音乐行业和心理康复方面的资源，将音乐、教育和职业培训相结合。音乐课程包括作词、作曲、音乐制作、录制及演唱等内容。该组织拥有设备齐全的专业排练室和录音室，并且配备了经过专业训练的音乐导师。

“键变”组织成立于1997年，最初是由海格特心理健康中心（Highgate Mental Health Centre）的几名患者共同创立的，旨在解决心理健康专家面临的问题——他们认为传统疗法或药物治疗对某些患者起不到积极作用。

“键变”组织与许多跨学科健康与社会保健团队都保持着密切合作，个人可通过心理健康服务机构转介或自我转介加入该组织。“键变”组织每年为3000多人提供心理健康服务，服务范围遍及伦敦和英格兰其他地区。该组织的特色服务内容包括预评估、一对一辅导、旨在促进同伴支持和社会包容性的集体合作课程；此外，该组织还会为其服务对象提供推荐和发展路径指导服务。“键变”组织的标志性活动之一是在音乐会和活动中进行现场表演，以此增强艺术家的自信心和自尊心，并消除社会大众对心理健康问题的偏见。



图片经索尔福德“START启迪心智”组织同意转载。

又如，专注于音乐和歌唱活动的心理健康服务组织包括伯明翰幸福社区合唱团、伦敦的“键变”（Key Changes）和“健康心灵”（Sound Minds）以及朴茨茅斯的“心理健康补乐”。也有一些心理健康组织专注于戏剧艺术，如格拉斯哥的尼莫剧场、沃特福德的“偶有癫狂”以及布里斯托尔的“走出剧场”等。

另外，还有一些艺术组织涉足多种艺术形式，如剑桥的“艺术与心灵”、默西赛德郡的“创意选择”（Creative Alternatives）、格温特郡的“威尔士内形于外”（Inside Out Cymru）、格拉斯哥的“凡轮”（Common Wheel）、布里斯托尔与萨默塞特地区的“创意之作”、伦敦的“巨龙咖啡屋”、威尔士的“4 × 4”（Four in Four）以及哈德斯菲尔德的“悦鸣创意艺术”（Hoot Creative Arts）。这类组织通常会积极参加当地的社会处方或艺术处方项目。

戒毒康复艺术组织

“如果不是没有‘外缘剧场’，我的瘾症恐怕早就复发了，但我爱‘外缘剧场’胜过酒精和毒品。”

“外缘剧场”服务对象

如前文所述，心理健康问题与成瘾症之间即便不存在必然的因果关系，也有相当密切的关联性，因此英国NHS将其明确界定为双重诊断。有些人认为，从事某些艺术领域工作的人群患成瘾症的几率更高，而部分艺术组织正是基于此原因成立的。此外，许多戒毒康复慈善机构也会开展艺术活动，如“涅槃未来”（Phoenix Futures）。

外缘剧场 (Outside Edge Theatre)

1999年,一位正在戒毒期的演员在伦敦富勒姆区创立了“外缘剧场”。该剧场的核心任务是为处于康复治疗期的成瘾症群体提供由同伴主导的免费戏剧活动,并巡回演出关于成瘾症的专业戏剧作品。此外,剧场还会为专业戏剧人员进行一系列培训服务。外缘剧场得到了伦敦多家重要慈善基金会和3个地区公共卫生部门的资助与支持。成瘾症患者也有机会参加戏剧创作和表演。该剧场的最新作品《萨克勒家族的快乐感恩节》(A Very Happy Scrappy Sackler Family Thanksgiving),反映了美国人对阿片类药物的依赖问题。

外缘剧场根据现有资源,每周开设一系列内容丰富的戏剧工作坊(如编剧工作坊),并针对戏剧基础薄弱的人成立旁听小组。剧场还专门为双重诊断患者开设了讲习班、成立女性学习小组、推出狱中项目等。

此处仅举一例来说明外缘剧场的影响力。该剧场曾为多家戒瘾康复治疗机构表演过一部话剧,剧中讲述的是一名女性因成瘾症困扰而被剥夺孩子监护权的故事。当表演快结束时,一名女性观众突然站起来喊道:“那就是我,那就是我的经历!”后来,她加入了外缘剧场的戏剧工作坊,并开始亲自创作话剧。在过去8年中,她的成瘾症再也没有复发过。如今的她已经成了一名广受赞誉的优秀剧作家,许多大型剧院都纷纷向她约稿。此外,她还在外缘剧场担任导师一职,负责领导编剧小组的工作。当谈到自己在外缘剧场接受康复疗愈的那段经历时,她如是说:“外缘剧场给了我宝贵的礼物——信念,相信自己,相信人生的奇迹。”

伦敦的“音乐支持”(Music Support)面向英国音乐界的成瘾症群体提供服务,其工作人员也大都来自音乐界。位于布莱顿的“新乐符管弦乐队”以音乐为手段,帮助人们戒除酒瘾和毒瘾;该市的另一家企业“吾非圣贤”(We Are Not Saints),是英国第一个致力于戒瘾康复服务的唱片公司。艾米·怀恩豪斯基金(Amy Winehouse Foundation)虽然并非一家专门提供戒瘾康复和艺术服务的机构,但其非常关注这一领域,尤其关注年轻人群体。位于切斯特的“堕落天使舞蹈剧场”(Fallen Angels Dance Theatre)既会举办音乐工作坊,鼓励人们融入安全、温馨的环境中,也会定期组织公共演出。

“康复”不仅仅是关系到成瘾症的一个概念,其在整个心理健康服务领域的重要性也日益突出。然而,我们也必须正视“康复”这一概念目前存在的争议性(如同心理健康问题的争议性)。由克莱夫·帕金森(Clive Parkinson)等人共同起草的行业文件——《康复者宣言》(Recoverist Manifesto)²⁹,就提到了关于“康复”一词涵义的诸多争议。

无障碍艺术组织

上文曾提到,无障碍艺术和无障碍艺术组织是一个相对特殊的领域,有着特定的发展历程。残障既包括生理缺陷,也包括心理健康问题和学习障碍等。因此,有些无障碍艺术组织会面向受心理健康问题困扰的群体提供服务。“无障碍艺术组织”和“艺术与残障组织”的区别在于前者多由残障人士参与领导和管理,后者则不一定如此。

更重要的是,我们必须认识到深受学习障碍困扰的人群也是心理健康问题高发人群。与普通人相比,有身体残障、生理缺陷或学习障碍的人,往往更有可能面临心理障碍等其他健康问题(即共病)。

29 www.youtube.com/watch?v=H7KKG89YVmA.

话剧《出入》(Check-in/Check-out), 2019年外缘剧场VAULT艺术节表演现场。图片版权©阿里·莱特 (Ali Wright) .



问题在于,如果一个人长期饱受严重心理健康问题的困扰,且相关的无障碍艺术组织并不提供具体的心理健康服务,那么他有多大可能进行自我诊断并加入这家组织呢?

英国有很多艺术与残障服务机构,其中非常有名的一家是位于伦敦的格莱埃剧场(Graeae Theatre)。该剧场一直非常重视与失聪或残障演员合作。在英国,这样的组织比比皆是,比如威尔士的Hijinx剧团(Hijinx Theatre)。这些组织有的会专门与残障人士进行合作,如坎兜口舞团(Candoco)就是一个由残障演员和普通演员共同组成的舞蹈团。还有许多组织专门与受学习障碍困扰的人群合作,如“长笛剧团”(Flute Theatre)。(本报告详列了该领域的组织机构³⁰,其中无障碍在线(Disability Online)也是一个非常不错的信息渠道,既出版业内期刊,也发布艺术家名录³¹)。本报告无法一一列出所有的艺术组织,在此只介绍提供心理健康服务的相关机构。

位于苏格兰的“艺术共联·中央区”(Artlink Central)面向斯特灵区受心理健康问题困扰的群体开设了一周一次的视觉艺术工作坊。这是一个由当地政府与英国NHS联合资助的社会处方项目。2017年,赫尔当选“文化之城”,“艺术共联·赫尔”与“疯狂尊严”组织合作举办了一场艺术节。“艺术共联·西约克郡”(Artlink West Yorkshire)是利兹“艺术与心灵网络”(Arts and Minds Network)的成员机构,表现活跃,并聘用后者的兼职人员为其工作。“艺术与心灵网络”还成立了由受心理健康问题困扰人士组成的“连接与创作”(Connect and Create)小组,每月组织一次活动。

艺术共联·爱丁堡 (Artlink Edinburgh)

“艺术共联”自1992年成立以来,一直与社区心理健康服务机构开展各种合作。成立初期,“艺术共联”只开设短期的创意项目,但随着苏格兰政府推出心理健康专项拨款计划(Mental Health Specific Grant),该组织的关注点很快转向了以人为核心的长期项目。得益于政府的资助,“艺术共联”得以提供一对一的课程服务,增进了对各位参与者的了解。

为了激发每个人的学习热情,“艺术共联”还推出了“好奇路径”活动(Curious Routes),这为该组织与“连接生活”社区(Link Living)之间的合作奠定了基础——后者是一个专门为长期面临心理健康问题困扰的成年人提供的住宿区。“好奇路径”活动第一阶段的任务是将一个废弃的公共庭园改造成新颖温馨的环境。在此基础上,“艺术共联”又与苏格兰养蜂人协会(Scottish Beekeepers Association)、齐本德尔国际家具学院(Chippendale International School of Furniture)联合推出了一个新项目,并在皇家高地展(Royal Highland Show)的展篷里展出。

第二阶段是“共同行动”(Common Play)。首先,在爱丁堡艺术学院帐篷画廊(Tent Gallery)举办一系列研讨会,然后在不同地点开展不同活动。“艺术共联”认为,“康复过程并不是一条简单的直线,我们应根据个人心理健康状况的周期性特点不断做出调整。这也给参与者提供了宝贵的机会,能够促进他们独立思考,提升技能,并自主决定进展速度。”

**“艺术共联”给我的生活带来了
很多积极影响,其中最重要的是
团队内部形成了互帮互助的积极
氛围,这让我觉得自己得到了重
视,无需像在其他团队或其他项
目中那样,被人武断地贴上标签
来区别对待。”**

“艺术共联”参与者 彼得

30 详见: www.carousel.org.uk/accessible-resources.

31 详见: disabilityarts.online.

专门面向易受心理健康问题困扰人群的艺术组织

“这是我最棒的人生体验之一。”

卡苏姆艺术组织“必由之路”活动 (Kazzum Arts Pathways) 参与者

本节主要介绍为如下三个群体提供服务的艺术组织：难民、刑事司法系统内部人士、无家可归者。专业的参与式艺术组织需要考虑如何将受心理健康问题困扰的人群纳入其服务范围，这一点应视为说明论点的证据，而不应仅进行宽泛的描述。

面向难民、避难者和移民的艺术组织

根据估计，2015年，英国境内共有12.3万名难民和避难者。人们普遍认为，由于移民前的经历和移民后的处境，这些群体更容易遇到包括焦虑症、抑郁症和创伤后应激障碍在内的心理健康问题。有人估计，他们对心理健康救助服务的需求是普通人的5倍，而实际上他们却很难获得这类救助（心理健康基金会³²）。

“对位艺术” (Counterpoint Arts) 是一家致力于艺术和难民领域的服务机构，其口号是“改变

我们对移居和迁移的看法。”2019年，学者 克利尼 (Clini)、汤姆森 (Thomson)、查特吉 (Chatterjee) 在《英国医学杂志》 (British Medical Journal) 上发表了一篇文章，探讨了艺术和文化活动对流离失所者健康和幸福感的影响³³。不过，似乎很多机构更加重视治疗师的作用，如“英国艺术避难所” (Art Refuge UK)、“新艺术工作室” (New Art Studio) 以及“心理愉悦项目” (Psychodelight Project) 制作的《边界线》 (Borderline)。并非所有的难民服务项目都是由艺术组织提供的。以南伦敦与莫兹利NHS信托基金会资助的“基底” (The Grounding) 项目为例。该项目专门为受创伤后应激障碍困扰的人群提供服务，曾聘请艺术家朱莉·纳尔逊 (Julie Nelson) 主持其开展的移民艺术工作坊，和移民参与者共同用黏土制作候鸟模型，并在“鸟群” (Flock) 主题展上展出。

有些机构将参与式艺术与高质量的治疗手段相结合，例如“寓教于乐”组织 (Play for Progress)。该组织不仅向无陪伴儿童开设音乐制作与音乐教育学习班，同时还聘请戏剧治疗师参与心理治疗。“解脱折磨”组织 (Freedom from Torture) 采用较为激进的方法帮助遭遇不幸的群体发声。该组织成立的“为生命写作” (Write for Life) 小组，是英国历史最悠久的难民创意写作团体。

卡苏姆艺术 (Kazzum Arts)

卡苏姆艺术是一家位于伦敦的艺术组织，成立于1989年，旨在通过不同于传统剧院的环境，向儿童和年轻人表演优秀的戏剧作品。如今，该组织已涉足多种艺术形式，业务范围大大拓展。它推出的“阿波罗”项目 (Apollo) 由儿童和年轻人共同参与设计，主题是健康和医院的精神病房环境；另一个项目“必由之路”项目 (The Pathways) 则由年轻的移民和避难者共同参与完成，主要涵盖三方面内容。

另外，卡苏姆还与“社区实践项目” (Praxis Community Projects) 开展合作，积极帮助“光明未来咨询” (Brighter Future) 组织开展工作。“光明未来咨询”也是由年轻移民组成的一个团体，致力于消除人们对移民的偏见。

“必由之路”项目的三方面内容包括：

- **培训** 与位于克罗伊登的约翰·拉斯金学院 (John Ruskin College) 合作，向母语为非英语的学生提供培训服务。学生可通过奖励制度获得相关认证，并参与专业领域的工作。
- **提升幸福感** 与伦敦的难民社区团体合作，鼓励年轻人通过视觉艺术分享个人经历，他们的作品将会在英国各地放映、展出。
- **教育** 推出“难民周”活动，鼓励年轻难民将自己的经历当作创意写作的素材。

32 详见：www.mentalhealth.org.uk/statistics/mental-health-statistics-refugees-and-asylum-seekers。

33 Clini C., Thomson LJM., and Chatterjee HJ. 《利用参与式行动研究评估艺术和文化活动对流离失所者的健康和福祉的影响》 (Assessing the impact of artistic and cultural activities on the health and well-being of forcibly displaced people using participatory action research). 《英国医学杂志》 (BMJ Open), 2019; 9: e025465.

面向刑事司法系统的艺术组织

“ 我觉得自己成了团队的一员，明年你们还会来么？ ”

吉斯剧场活动参与者（法恩登医院）

心理健康问题与刑事司法系统之间有着十分重要的密切关系。监狱是整个司法系统最底端的机构设施。据监狱改革基金会（Prison Reform

Trust）估计，在所有的在押犯人当中，72%的男性和70%的女性面临着两种或更多心理健康问题的困扰。针对在押犯人的心理健康服务支出是普通人的3倍之多。

虽然自我伤害或者自杀并不完全等同于心理健康问题，但两者之间也有很强的关联性。2016年英国监狱系统共发生超过4万起自我伤害以及120起自杀事件³⁴。

吉斯剧场

吉斯剧场位于伯明翰，由克拉克·拜姆（Clark Baim）创办于1987年。此前，拜姆曾随美国吉斯剧场赴美巡演。吉斯剧场是英国历史最久的艺术组织之一，致力于在监狱、封闭设施以及其他司法机构内开展戏剧活动。该剧场不仅面向英国国内提供服务，同时也在其他国家开展活动。到目前为止，吉斯剧场已与150多个拘禁机构进行过合作，超过2.5万人参与其项目。剧场还专门对刑事司法系统以及其他社会福利机构的工作人员开展培训，以便完善其服务工作。

吉斯剧场的标志性特点是所有演员表演时都会带着全遮面或半遮面的面具。剧场认为，有意或无意地带着“面具”是人类的一种应对策略。剧场鼓励观众要求演员们“摘下面具”，并询问他们影响其行为和态度的因素。吉斯剧场的基本方法是利用戏剧吸引参与者，促使他们检视自己的行为，从而推动参与者改变自己。

如今，吉斯剧场在司法体系心理健康机构开展的活动越来越多。他们以一套康复模式为基础，强调希望、自我、个人价值和责任感等核心主题。剧场与患者一起合作，重视自信心的建立与目标的设定。剧场很少开展一次性项目，一般为期4-12周，这样有助于参与者调整心态，共建团队内部的信任关系。其中一个例子是“复生”（Thrive）项目，举办地点包括伯明翰圣安德鲁医院（St Andrews Hospital）、阿诺德旅馆（Arnold Lodge）、切斯伍德公园医院（Cheswold Park）以及布罗德莫医院（Broadmoor Hospitals）。

“ 这个项目是在纽瓦克的法恩登医院进行的。法恩登医院主要为患有心理疾病、人格障碍或轻度学习障碍的女性提供低监控级别的护理服务。我们同一个女性患者小组（7名成员）以及电影制作人雷切尔·吉利斯（Rachel Gillies）合作制作了一部电影，片中讲述了女主角露西（虚构）在法恩登医院的两年生活。观众们能从这个角色身上看到自己的影子。参与整个制作过程的女性患者小组表现出色，她们对电影有了全新的认识，还利用空闲时间制作电影道具，而且回到病房后也会继续进行练习。在项目最后一天，她们还邀请医院工作人员和其他病人来到了拍摄现场 ”

项目经理 艾玛

因此，我们必须注意，在刑事司法系统内开展工作的艺术家，虽然很少为在押人员提供特定的心理健康服务项目，但也必须具备丰富的经验，并且需要对心理健康问题异常敏感。

全国刑事司法艺术联盟 (The National Criminal Justice Arts Alliance) 共有900名个人会员和单位会员，负责向在押、缓刑及刑满释放人员提供参与艺术活动的机会。该联盟建立了一个网上资源库 (Evidence Library)，并且非常重视艺术对个人改造的积极作用。凯斯特勒艺术组织 (Koestler Arts) 是该联盟最著名的会员单位之一，涉足多种艺术形式，并通过举办展览向大众分享犯人们

的作品。凯斯特勒艺术组织由作家阿瑟·凯斯特勒 (Arthur Koestler) 创办，并于1962年开始设立奖项。

面向无家可归者的艺术组织

根据“庇护所”组织 (Shelter) 估计，英国大约有32万名无家可归者³⁵，而且露宿街头的人也越来越多。仅伦敦就有5000余名露宿街头者，这一数字在过去十年中增长了9倍之多。虽然难以获得确切的数字，但人们普遍认为，无家可归者比普通人更有可能受心理健康问题的困扰，也更容易形成药物依赖。2014年，英国“流浪连接”组织

纸箱公民剧团 (Cardboard Citizens)

纸箱公民剧团是一家立足于伦敦、面向全英国的公益机构，成立至今已有28年的历史。剧团的运营理念源于奥古斯都·波瓦的“被压迫者剧场”理论。在英国，纸箱公民剧团是这一理论的主要实践者，也已获得国际认可。剧团以解放社会弱势群体并为他们赋能发声为使命，并为此推出了各种服务项目。“论坛剧场” (Forum Theatre) 是“被压迫者剧场”理论最常见的一种实践形式。这是一种互动式剧场，能使参与者和观众就相关问题展开探讨，并尝试采用新方法来处理这些问题。纸箱公民剧团的活动地点不限，舞台、街道，旅社、日间护理站甚至监狱都有可能成为他们的活动场所。除了开设戏剧工作坊以及公开表演，剧团还会开展各类培训服务。据调查，40%的工作坊参与者开始时自称受心理健康问题困扰。剧团内的所有职员都接受过创伤疗愈方面的培训，以便更好地与活动参与者进行合作。戏剧从业人员会与剧团的项目人员进行密切合作，后者往往会更直接地参与到剧团的关怀服务中。剧团还成立了心理健康咨询小组，其中包括多名临床医生。此外，剧团也十分重视内部职员的心理健康状况，定期对项目人员进行临床监督评估。

“来纸箱公民剧团之前，我病得很严重，饱受多种严重心理健康问题的折磨。我转介到剧团一周后就开

始参加排演。一开始我只是想白天找点事情做，摆脱精神病院医护的纠缠。但没想到的是，我爱上了这里。以前我缺乏自信，不会唱歌，而现在我会了。我以前从未做成过一件事，也从未全心全意做过一件事。‘行动在当下’ (ACT NOW) 项目结束后，纸箱公民剧团把我推荐给了国家青年剧院，在那里我完成了演技进阶课程，从而有机会进入大学深造。目前正在伯明翰表演学院 (Birmingham School of Acting) 攻读社区应用戏剧学位，现在已经是大二了。这全都要归功于‘行动在当下’项目。我现在的梦想是能从事狱中戏剧工作。以前的我一点儿勇气都没有。纸箱公民剧团教会了我很多东西。”

纸箱公民剧团参与者 克里西 (Chrisi)

35 “英国现有32万名无家可归者，这个数字还在不断增长。”引自“庇护所”官网 (2018年11月22日)：enland.shelter.org.uk/media/press_releases/articles/320,000_people_in_britain_are_now_homeless,_as_numbers_keep_rising.

(Homeless Link) 的调查显示, 有80%的无家可归者自称受心理健康问题困扰, 经诊断确认的占45%³⁶。而慈善机构“危机”(Crisis) 估计, 三分之二的无家可归者将无家可归的初始原因归咎于滥用药物和酗酒³⁷。

英国有大量专门服务于无家可归者的艺术组织, 而且它们的服务涵盖多种多样的艺术形式。街智歌剧团(Streetwise Opera) 是其中最著名的代表之一, 与之齐名的还有无名氏合唱团(Choir with No Name)。后者在英国许多大城市都成了合唱分团。爱丁堡慈善组织“亮见发声”(Raised Voices) 专门为无家可归和受心理健康问题困扰的群体提供服务, 开设了表演和创意写作工作坊; “艺术咖啡屋”(Café Art) 将无家可归者创作的视觉艺术作品带到咖啡馆出售; “露天电影院”(Open Cinema) 致力于向人们讲述许多无家

可归者的故事; 位于巴斯市的赫尔本博物馆(Holburne Museum) 也会推出互动项目。包括南岸艺术中心在内的一些艺术场所, 目前正在就地无家可归者的救助服务问题制定完善的规范。一些无家可归者慈善组织也提供诸多创意服务, 如“流浪连接”提供在线艺术资源, 曼彻斯特的布斯中心(Booth Centre) 举办了许多创意活动。

参与式艺术组织

“如果没有唐卡斯特社区艺术组织(darts), 我今天就不会出现在这里。”

“参与式艺术组织”目前尚无明确定义, 但在本报告中, 这一概念与“社区艺术组织”的概念类似。

唐卡斯特社区艺术(darts)

唐卡斯特社区艺术组织的办公地点位于唐卡斯特市中心的“原点”(The Point) 大楼。30多年来, 该组织一直致力于在本市开展丰富多样的社区艺术活动, 例如为失智症患者提供参与式艺术课程和艺术活动, 并面向当地家庭开设创意工作坊。“原点”大楼内设有咖啡厅、工坊、会议室和画廊, 常年展出当代艺术作品。唐卡斯特社区艺术组织每周三在“原点”大楼举办“创意方位”(Creative Directions) 活动, 学员都是18岁以上且受各种(确诊或未经确诊) 轻、中或重度心理健康问题困扰的成年人。上午是自主学习课程, 参与者可根据自己的节奏或想法利用艺术材料进行创作, 旁边会有志愿者和经验丰富的课程协调员随时提供帮助。下午的课程由专业艺术家指导, 10周为一个周期, 以便参与者能够充分体验各种形式的艺术活动。这些课程不需要任何专业基础, 参与者可根据自己的情况自主选择付费课程。得益于额外的资金支持, 唐卡斯特社区艺术组织得以在“原点”大楼之外每周增加两次“创意方位”活动, 将音乐课程纳入其中。该活动与当地的许多健康卫生机构都有密切合作, 而且得到唐卡斯特公共卫生局长(Director of Public Health for Doncaster) 的大力支持。该组织还负责主持唐卡斯特艺术与健康委员

会(Doncaster Arts & Health Board) 的工作, 以便其与文化卫生机构展开合作, 共同探索多种多样的“艺术处方”。

“我变得更加自信了。参与‘创意方位’课程对我的人生产生了巨大影响。5个月来, 我一直没有再碰那些东西。我很感激这么优秀的艺术活动仍在继续开展, 这促使我们不断成长, 并让我们坚信, 无论发生什么, 我们都能拥有精彩的人生。艺术就有这么大的魔力。”

唐卡斯特社区艺术组织活动参与者

36 《无家可归者的健康状态——2014年健康审计结果》(The unhealthy state of homelessness, Health audit results 2014), “流浪链接”(2014): www.homeless.org.uk/sites/default/files/site-attachments/The%20unhealthy%20state%20of%20homelessness%20FINAL.pdf.

37 www.crisis.org.uk/ending-homelessness/health-and-wellbeing/drugs-and-alcohol.

参与式艺术组织通常与当地社区保持着稳定的合作关系，尤其社区中遭遇歧视和边缘化的群体。不同的参与式艺术组织，其发展历史和服务风格也各不相同，但它们往往都涉足多种多样的艺术形式，而且都会聘请专业的艺术家。这些艺术家擅长与不同的群体进行合作，共同创作艺术作品。

英格兰的东米德兰兹区就分布着许多参与式艺术组织。位于诺丁汉的“城市艺术”组织专门面向受心理健康问题和学习障碍困扰的群体开设了每周一次的艺术工作坊；莱斯特公益团体“轻抚艺术”（Soft Touch）在当地儿童与青少年心理健康服务中心（CAMHS）的资助下，与年轻人一起为他们就诊的健康中心设计永久壁画。“轻抚艺术”还会走进青少年罪犯教养院（Youth Offenders Institute）和监狱，为受心理健康问题困扰的犯人提供服务。在拉夫伯勒，“查恩伍德艺术”和当地

的RAW团队联合推出了每周一次的集体活动，为长期受心理健康问题困扰和被社会孤立的群体提供帮助。

怀特岛的“独立艺术”组织每周都会举办名为“焦虑症咖啡厅”的艺术工作坊。工作坊在两个活动地点分别开设日间班和晚间班课程，涉及多种艺术形式和艺术活动。

位于布里真德的“山溪谷社区艺术”组织（Valley and Vale Community Arts）推出了一项名为“呼吸空间”（Breathing Space）的活动，邀请两名艺术家同受焦虑症、抑郁症或其他轻中度心理健康问题困扰的人群一起进行创作；并在卡迪夫的查普特艺术中心（Chapter Arts）面向饮食失调的人群推出了“广而告之”（Getting the Message Across）讲习班活动。位于米德尔斯堡的蒂斯谷

唐卡斯特艺术组织开展的艺术课程。图片版权©詹姆斯·穆尔肯（James Mulkeen）



艺术组织 (Tees Valley Arts) 在斯托克顿区开设了每周一次的“凤凰艺术” (Phoenix Arts) 讲习班。位于布拉德福德希普利区的社区艺术组织“蜂巢” (The Hive), 多年来一直面向受轻度心理健康问题困扰的人群开设艺术课程。

“主流”艺术组织

“主流”艺术组织很明显是一个伪命题, 但在这里只是一个笼统概念, 系指那些不专门开展参与式艺术活动或服务于社区特定人群的艺术组织。相较于新兴的艺术与失智症领域 (例如许多组织专门为失智症患者举办演出或画廊参观活动), 这些“主流”艺术组织似乎对受心理健康问题困扰群体的兴趣不是很大, 这一现象很有趣, 但同时也令人担忧。在这种情况下, 许多专业组织 (如伦敦的“葡艺印迹”) 往往会以皇家美术学院 (Royal Academy) 这样的机构作为活动地点。

许多著名主流艺术组织也在开展类似活动, 其中就包括著名的利物浦皇家爱乐乐团 (见32页)。此外还有伦敦城市交响乐团、诺丁汉剧场以及众多博物馆、画廊等。奇切斯特节日剧场走进司法系统中的心理健康服务机构开展艺术活动。伯明翰轮演剧团已经和当地的心理健康信托 (Mental Health Trust) 合作了十年之久, 先后共同举办了4届贝德莱姆艺术节; 该剧团还成立了“灯柱” (Lightpost) 子剧团, 专门为受心理健康问题困扰的黑人群体提供帮助。

上述组织所采用的工作模式可供其他艺术机构研究和效仿, 如英格兰艺术委员会下属的国家代表作机构。

皇家音乐学院 (Royal College of Music, RCM)

在英国, 至少13% 的产妇会受到产后抑郁症的影响, 其症状包括长期情绪低落、疲惫、失眠、产生负罪感或无助感、对婴儿感到焦虑等。目前, 针对产后抑郁症的药物治疗仍然面临很大的挑战性, 但已有证据表明, 社会心理学及心理学干预能对产后抑郁症起到有效的治疗作用。因此, 社会心理学干预 (如音乐) 的发展前景较好, 而且这方面的研究对于探索产后抑郁症治疗新范式具有重大意义, 有望造福万千家庭。

皇家音乐学院推出了一项名为“音乐与母亲” (Music and Motherhood) 的项目, 旨在研究社会心理学领域的创意干预手段 (如唱歌和乐器演奏) 在降低产后抑郁症发病率以及减轻其症状方面的有效性。项目采用随机对照实验的研究方法, 结合社会心理学和生理学数据进行综合分析, 帮助人们全面了解创意活动在提升产妇幸福感方面的积极作用。此后, 皇家音乐学院又对此次研究做了补充性的队列研究, 通过对2000余名女性进行追踪调查, 分析了

女性在怀孕期间和生育后一年内的心理健康、产后抑郁症状和参与创意活动之间的相互作用。该学院还组织134名产妇带着新生儿一起参加为期10周的声乐课程, 活动经费由英格兰艺术委员会提供。调查发现, 受中、重度产后抑郁症困扰的产妇中, 有67% 在10周后不再出现相应症状。学院还加入了“健康音乐学院网络” (Healthy Conservatoires Network) 项目, 针对学生群体的心理健康问题制定了相应的服务方针。这也是帝国理工学院表演科学中心 (Centre for Performance Science at Imperial College) 的研究任务之一, 重点关注学生心理和生理健康状况, 总耗资100万英镑。

心理健康志愿者组织

“我知道，当我感觉情绪低落、不舒服的时候，我可以来‘葡艺印迹’参加点艺术活动。每次离开时，我都感觉好多了。”

“葡艺印迹”活动参与者

麦恩德是英国规模最大、最著名的心理健康志愿者组织，服务范围覆盖英格兰和威尔士地区。麦恩德总部主要履行核心职能，如组织协调全国性活动，并向大约130个地方组织提供相关支持。麦恩德的在线咨询部门十分重视艺术在促进心理健

康、提升个人幸福感方面的作用，其地方分支机构则会根据各自的情况和资源提供多种多样的服务。这些服务通常包括住宿和就业救助、谈心疗法等。也有许多地方分支机构开展艺术课程，重点教授视觉艺术、音乐和创意写作等内容。麦恩德开展的服务虽然形式各异，但通常都会聘请从事自由职业的专业艺术家进行现场指导。有的分支机构还推出了更为宏伟的项目计划，如“麦恩德·利兹”开展的“墨池咖啡屋”活动 (Inkwell Café)。

目前还没有人对麦恩德组织及其各分支机构开展的活动数量和质量做过全面评估。麦恩德试图通过一项小规模试点拨款计划，进一步促进威尔士分支机构的发展。

葡艺印迹 (Portugal Prints)

由麦恩德驻布伦特、旺兹沃思、威斯敏斯特分支机构运营管理

“葡艺印迹”组织原位于霍尔本的葡萄牙街，后迁至伦敦北部卡姆登区的阿灵顿之家 (Arlington House)，至今已有40多年历史。

该组织最初由一群艺术家共同创立，旨在开展温馨而又创意十足的艺术活动，如创意工作坊、商业设计、职场体验、画廊参观、培训、志愿活动与就业机会等。该组织的合作伙伴包括皇家美术学院 (The Royal Academy)、泰特美术馆 (TATE)、国家肖像艺术馆 (National Portrait Gallery)、维多利亚和阿尔伯特博物馆 (V&A Museum) 等。“葡艺印迹”由麦恩德组织驻布伦特、旺兹沃思、威斯敏斯特分支机构负责管理，可接收从伦敦各区转介来的受心理健康问题困扰的人士。与许多艺术组织一样，“葡艺印迹”的资金来源也随时间发生了变化，最初经费来自地方政府拨款，如今则主要依靠政府划拨的个人预算以及部分付费课程。该组织每月的第一个周三会免费开设试学课程。所有课程的参与者都必须与心理健康服务机构保持联系。

工作坊每周二至周五进行，每天两节课，周五三节，仅面向18岁以上的成年人开放。

所有课程均由艺术家和心理健康专家组成的跨学科团队管理，每节课时长2.5小时。目前已40名艺术家加入该项目。“葡艺印迹”一直非常重视培养所有参与者的主人翁意识，工作坊的所有作品均由参与者、志愿者与工作人员合作完成。

“当我感觉不太舒服的时候，我知道有一个地方可以去。这对我帮助很大，给了我一种安全感和稳定感。我会定期参加‘葡艺印迹’的重要课程。我觉得自己是整个团队的一部分，而团队里的每一个人都能理解、支持并帮助我。”

“加入‘葡艺印迹’让我每周的生活变得井然有序。在这里我又可以认识和结交新朋友了。”

“葡艺印迹”活动参与者



“葡艺印迹”画室，伦敦。图片经“葡艺印迹”同意转载。

其他组织

位于伦敦南部的“黑衣修士之家”（Blackfriars Settlement）是著名的艺术与心理健康组织，与罗汉普顿大学（Roehampton University）合作推出了艺术疗法服务。“黑衣修士之家”不仅开设艺术工作坊，还成立了一家主打平面设计的社会机构——Art2Print工作室。在伦敦北部，皮博迪住房协会（Peabody Housing Association）与“社会物质”组织（Social Material）合作，面向受心理健康问题困扰的群体举办一系列的艺术工作坊活动。

众所周知，高等院校现已成为举办艺术与活动的理想场所。促成这一现象的原因有很多，其中之一便是许多大学计划成立不同类型的艺术学院与精神病学学院。另外，学生群体的心理健康意识日益增强也是原因之一。英国贝尔法斯特女王大学（Queen's University）每年都会主办北爱尔兰心理健康艺术节（Northern Ireland Mental Health Arts Festival）；诺丁汉大学精神病学研究院（Institute of Psychiatry）与“城市艺术”组织之间长期保持着合作关系；爱丁堡大学携手NHS及一众文化组织，正式启动了一项针对学生群体的艺术与心理健康计划。

发展环境

医疗卫生环境

2016年，蒂姆·肖（Tim Shaw）和尼亚芙·怀特（Niamh White）共同成立了慈善组织“走进病室”（Hospital Rooms），旨在将顶级视觉艺术带进心理健康医疗机构。2019年，多位艺术家被选为“走进病室”组织的代表，分别进驻6家医疗机构提供艺术服务。

大部分情况下，关注精神科病房心理健康服务的往往都是比较专业的艺术与心理健康组织，如“健康心灵”和“艺术天使”等。实际上，这些组织都是从精神病医院的艺术或音乐治疗手段发展而来。另外，少数主流文化组织，如利物浦皇家爱乐乐团（详见第32页）和奇切斯特节日剧场等，也同样躬身于心理健康领域。

初级护理也十分重要。布莱顿健康与福利中心最初由一家全科诊所创立，现通过罗宾汉基金会运营、英格兰艺术委员会资助的“疗愈、表达与康复的艺术”项目（HERA）广泛开展一系列艺术活动。

约克圣约翰大学：“凝心聚力”项目（Converge）

“凝心聚力”是英国NHS与约克圣约翰大学之间的合作项目，由尼克·罗（Nick Rowe）于2008年创立。尼克·罗曾是一名精神科护士，目前在英国约克圣约翰大学担任教职。“凝心聚力”项目旨在解决两方面的需求，一是为高校学生培训社会所需的专业知识与技能，二是针对受心理健康问题困扰的人群开设公平公正的优质课程。该项目的关键特点是以“教育”为核心理念，而非“治疗”，因此，其参与者也均为学生。

“凝心聚力”项目虽然在戏剧艺术方面优势突出，但其活动内容涵盖了讲故事、音乐、团体活动、电影、视觉艺术以及创意写作等多元化艺术形式。该项目推出的大部分课程都在约克圣约翰大学进行，且授课人员均为大学教师、学生以及曾受心理健康问题困扰的相关人

士。这些课程面向18周岁以上的群体免费开放，而且配备一名指导老师。除了参加上述课程，学生们还可通过当地的NHS信托网站“探索中心”（Discovery Hub）加入“学习帮手”（Learning Access Workers）活动。此外，借助国家文化指南网站（Culture Guides），“凝心聚力”活动参与者还可以在全市范围内参加异彩纷呈的各种活动，丰富其生活体验。

2009年，在“凝心聚力”项目的帮助下，“失常剧团”（Out of Character Theatre Company）正式成立，以曾遇到心理健康问题的艺术家和演员为主体进行戏剧创作，并在全国各地巡回演出。而其姐妹剧团“此刻”（In the Moment），主要负责接收新加入的成员。

艺术与文化环境

“我很高兴能有机会参观不同的博物馆。这种群体性或社会性活动对我的心理健康十分有益。”

“新锐画廊”项目 (Fresh Art) 参与者

本报告所提及的大部分活动和项目主要来自专业的艺术与心理健康组织或参与式/社区艺术组织。这些组织大多拥有自己的活动场地，也有许多组织致力于面向社区举办工作坊等活动。

一些大众性的地方艺术组织计划在其活动场地开设正念解压课程，或者提供正念修习的专用空间。此类活动服务适用于所有人，能够有效预防心理健康问题的出现，同时也能吸引那些尚未确诊或患有轻度焦虑和抑郁症的群体。然而，对于那些需要长期饱受严重心理健康问题困扰的人来说，目前的艺术活动还远远不足。

博物馆和艺术馆的存在恰好满足了该群体的迫切需求。作为一种少有的免费开放的室内场所，博物馆在民众生活中的重要性日益突显。英国目前约有2000座博物馆。保罗·卡米克 (Paul Camic) 和海

伦·查特吉 (Helen Chatterjee) 曾做过一项研究，分析了博物馆与艺术馆作为公众健康干预手段所起到的作用³⁸。具体而言，博物馆在这方面能够发挥多重作用，既能作为人们的休息和庇护场所，也是全人类的宝贵财富。

因此，为了打造无障碍环境，很多博物馆可谓颇费苦心。惠康收藏博物馆 (Wellcome Collection) 推出的“作为人类” (Being Human) 新展厅，充分考虑到了不同群体的需求特点，包括受心理健康问题困扰的人群。新展厅的设计既有显著的代表性，同时也汲取了两位曾受心理健康问题困扰的艺术家的意见。

目前已推出创意与心理健康项目的博物馆包括：约克郡雕塑公园；伦敦杜尔维治美术馆 (Dulwich Picture Gallery)，其正与当地康复学院开展合作；惠特沃斯美术馆 (Whitworth Art Gallery)；德拉沃尔美术馆 (De La Warr Pavilion)，该馆目前正在开展“艺术摇篮”项目 (Mother Lode)；伦敦国王学院科学艺廊 (King's College London Science Gallery)，在2019年末主办了一场以焦虑为主题的艺术展。

巴斯博物馆合作伙伴计划：新锐画廊@巴斯和东北萨默赛特 (Fresh Art @ Bath & North East Somerset)

“创意之作” (Creativity Works) 是英国的一个社会艺术组织，总部设在萨默赛特郡东北部的拉德斯托克地区 (Radstock)。“新锐画廊@巴斯和东北萨默赛特”是“创意之作”组织与多家机构合作推出的一个创新项目，合作方包括埃文郡及威尔特郡心理健康合作伙伴NHS信托 (AWP)、赫尔本博物馆 (The Holburne Museum)、皇家新月楼1号博物馆 (No. 1 Royal Crescent Museum)、巴斯美国博物馆 (The American Museum) 以及维珍关爱组织 (Virgin Care)。该项目旨在利用创意的力量，帮助遇到心理健康问题、被社会孤立的人群改变生活。该项目将持续12周，每周两小时活动时间。在此期间，参与者将有机会参观巴斯各地的博物馆，还能从博物馆展品中汲取灵感，在博物馆工作人员和艺术家的指

导下创作属于自己的艺术作品。这些作品有的会在巴斯艺穗节 (Fringe Arts Bath) 期间亮相展出，有的则会捐赠给AWP机构，用于营造活力十足的临床环境。“新锐画廊”项目为当地健康/社会保健服务机构、博物馆以及当地社区之间搭建了通往艺术的桥梁，对改善人们心理健康起到了积极作用。

“进行艺术创作，将作品捐赠给AWP，在AWP大楼里展出，想想这一切整真是太棒了！这是一种回馈，能够帮助他人改善了生活环境，非常有意义。‘新锐画廊’项目的影响力非常大。”

“新锐画廊”项目参与者

38 Camic, Paul & Chatterjee, Helen. 《博物馆与艺术馆对公众健康的积极影响》 (Museums and art galleries as partners for public health), 2013. 《公共卫生展望》 (Perspectives in Public Health)

在英国,许多博物馆都与以前或今天的精神病院进行过合作。例如,位于韦克菲尔德的心理健康博物馆(Mental Health Museum)由西南约克郡NHS信托基金会(South West Yorkshire NHS Foundation Trust)运营管理;布里斯托尔的格伦赛德医院博物馆(Glenside Hospital Museum)坐落于一家古老的精神病院内部;贝特莱姆心理健康博物馆(Bethlem Museum of the Mind)位于贝特莱姆皇家医院一座艺术风格的建筑内,于2015年重新对公众开放。该馆保存着一批国际知名的档案资料,其中记载了贝特莱姆皇家医院自1214年成立后的发展历程;此外还收藏着大量的艺术作品和历史文物。贝特莱姆心理健康博物馆定期举办关于艺术与心理健康的主题展,并且经常举办各种讲座与活动,比如在近期举办的一年一度的全球大绘画艺术节(Big Draw)期间,博物馆就组织了制作抗议徽章的活动。

除博物馆外,位于诺福克郡的复原信托(Restoration Trust)也注重将历史文化遗产与

创意、心理健康活动相结合,这在同类机构中并不多见。该基金会与多所大学及NHS信托基金会开展合作,为受心理健康问题困扰的人群提供“文化疗法”(culture therapy)。目前已推出的项目包括“改造心灵”(ChangeMinds)和“人类巨石阵”(Human Henge)。在“改造心灵”项目中,来自诺福克郡北部的参与者可以通过19世纪的病例记录来探索过去受心理健康问题困扰群体的生活;而“人类巨石阵”项目则会带领参与者探索著名建筑遗迹——巨石阵的历史故事。

社区场馆

艺术活动的举办地并不仅仅局限于医院、初级护理机构和文化组织。例如,麦恩德组织的很多分支机构都会在自己的办公场所举办各种艺术活动,从创意写作到视觉艺术,再到音乐创作和唱歌,形式多种多样。

诗人大卫·内塔(David Neita)参加伦敦“巨龙咖啡屋”组织的“诗歌与音乐”活动。图片经巨龙咖啡屋同意转载。



心灵搏击俱乐部：巨龙咖啡屋 (The Dragon Café)

“巨龙咖啡屋”活动最初诞生于一张餐桌上。8年前，慈善组织心灵搏击俱乐部 (Mental Fight Club) 的创始人莎拉·惠勒 (Sarah Wheeler) 和两位朋友讨论了她对于心理健康服务的新想法，不久之后，“巨龙咖啡屋”应运而生。“心灵搏击俱乐部”成立的初衷是为了向威廉·布莱克 (William Blake) 和本·奥克利 (Ben Okri) 两位诗人致敬。遗憾的是，威廉·布莱克已去世，我们已无缘再亲见其本人。

每周一中午12点至晚上8点半，心灵搏击俱乐部都会“占领”伦敦南部圣·乔治殉道者教堂 (St George the Martyr Church) 的地下室举办“巨龙咖啡屋”活动 (“巨龙咖啡屋”之名正是源自圣·乔治屠杀恶龙的传说)。会员均被称为“顾客”，申请者可免费加入。活动可提供素食，并收取少量费用。每周约有190人参加巨龙咖啡屋的活动，且他们之中绝大多数都和心理健康服务机构有所联系。许多活动参与者就住在教堂附近，但也有很多人从伦敦各地慕名而来。巨龙咖啡屋力图为参与者营造一个舒适、安全、温馨、放松的活动氛围。

“巨龙咖啡屋”平时会举办丰富多样的参与式艺术活动，包括舞蹈、音乐创作和唱歌、创意写作以及口头表演艺术等；此外还会开展正念训练、按摩、太极和瑜伽等活动。到了晚上，还有精彩的娱乐表演、电影放映、才艺展示、小组讨论或参与式活动。观众将有机会和表演者进行交流，分享意见。

“巨龙咖啡屋”获得了众多组织机构的支持，主要包括盖伊与圣托马斯慈善基金 (Guy's and St Thomas' Charity)、莫兹利慈善基金 (Maudsley Charity)、南华克议会 (Southwark Council)、南华克临床委托小组 (Southwark CCG)、伦敦社区基金会 (The London Community Foundation)、都铎信托 (Tudor Trust) 以及最新加入的惠康信托 (Wellcome Trust)。

除了每周举办的“巨龙咖啡屋”活动，心灵搏击俱乐部还推出了还有其它项目，例如，俱乐部每隔一周都会在鞋巷图书馆 (Shoe Lane Library) 组织一次“城中巨龙咖啡屋” (Dragon Café in the City) 活动，偶尔还会推出快闪活动；此外还开启了“再创精神病学”

(RE:CREATE Psychiatry) 项目。“再创精神病学”项目为受心理健康问题困扰的群体和医疗体系内部工作人员搭建了一座沟通的桥梁，促进双方展开创造性对话。

未来两年，心灵搏击俱乐部将和牛津的一个组织合作，以巨龙咖啡屋为灵感，在牛津开展试点活动。

对于“巨龙咖啡屋”的活动，参与者最喜欢的几个方面反馈如下：

- 活动时间定在每周一 (周一的情绪可能会比较低落)。
- 活动在午饭前开始，晚上结束，持续时间长。
- 活动内容丰富多样，并非仅局限于艺术活动。
- 合作机构众多，有机会参加其他项目。
- 交通便利。
- 一视同仁，为大家提供无差别的活动体验。

“我觉得‘巨龙咖啡屋’就像一个大餐桌，来自四面八方的人汇聚于此，分享彼此的生活经历和创意，为所有人打造了一场精神盛宴。无论是志愿者、嘉宾艺术家和‘顾客’，大家都能尽情享受。我个人既是一名‘顾客’，也是一个艺术家。自其成立之初，‘巨龙咖啡屋’……滋养了我的灵魂、希望和创造力，让我今天得以成为一名全职艺术家。”

多莉·森，“巨龙咖啡屋”艺术家、行动主义者及“顾客”

“每周组织大家进行创意写作是我最自豪的事情之一。我既可以从‘顾客’的创意和想法中汲取灵感，也能为他们提供安全、长久、友爱的空间。”

菲利普·贝尔德 (Philip Baird)， “巨龙咖啡屋”项目艺术家、“顾客”兼创意写作工作坊辅导员，2012年加入。



“新锐画廊@巴斯&东北萨默赛特”项目视觉艺术创作。图片经“新锐画廊”同意转载。

初心³⁹

在过去一年中，笔者有幸参访了本报告中提到的一些项目，并与项目参与者和艺术家进行了广泛交流。笔者在调研过程中注意到，投身该领域的艺术家们虽然默默无闻，但都饱含热情。他们当中有许多人已经工作多年，有的自己也遇到过心理健康问题。了解到创意活动对参与者生活带来的巨大影响后，笔者深受触动。

巴林基金会涉足艺术与心理健康领域不久。因此，笔者满怀惶恐和谦逊之心，对该领域的发展现状进行了初步观察研究。笔者私以为，这些入门浅见也有一定的实用价值。

复杂性和交叉性

艺术与心理健康领域的发展历程复杂曲折，这其中不乏众多参与者的热情和奉献，也经历了无障碍艺术、参与式艺术以及艺术与刑事司法体系、艺术与健康等一系列相关领域的大规模运动。正因为如此，英国的艺术与心理健康领域形成了有序而又灵活的发展模式，避免了模式僵化。英国在该领域缺乏统一的全国性政策和相关组织正是这一模式的具体体现。这也意味着，在艺术与心理健康领域，不同的组织可以选择不同的发展侧重点。总体而言，这种发展模式能够促进艺术互动与心理健康服务的多样性。

源远流长，历经变革

在英国，社区开展的艺术和心理健康活动最早可以追溯到20世纪80年代初，精神病医院提供这类服务的历史则更加悠久。许多艺术组织和艺术家都为这一领域的发展奉献了自己的智慧和力量，推动了整个行业的进步。然而，资金来源不稳定一直是该领域面临的一个发展难题。许多十分重要的艺术与心理健康组织陆续在近年关停，其中就包括非常著名的“酷谭艺术”（CoolTan Arts）和利

物浦心理健康联盟（Liverpool Mental Health Consortium），这样的结果令人深感遗憾。这些组织关停的部分原因是地方政府及公共卫生预算方面的压力与日俱增。不过，也有一些新组织（并不是很多）加入了该领域。

供与需

本研究并非定量调查。不过，全国究竟有多少人参与了艺术与心理健康项目？这些项目又是否能够满足潜在的需求？这些问题虽然听起来有些刻板，但随着英格兰推出社会处方制度，考虑这些问题具有越来越重要的现实意义。赫克（Hecker）等人在2007年的一项研究中估计，英国约有4000人参与了艺术与心理健康活动。不过，仅伦敦的“核心艺术”组织就有2000名成员，而利物浦皇家爱乐乐团也有上万名活动参与者，由此可见，赫克等人的数据有可能被严重低估。

艺术质量

此次调研中，许多艺术家都提到了艺术的“质量”问题。艺术的质量问题确实引人关注，而艺术作品所隐含的信息有时也存在一定的模糊性。因此，许多人都非常关心受心理健康问题困扰的群体能否获得优质的参与式艺术体验。艺术质量往往取决于艺术从业者的技艺水平——艺术家应该始终以人为本，这一点也适用于所有的参与式艺术组织；也可能与心理健康领域的知识和经验有关（包括安全保障问题）；还有可能受当前工作目标、工作环境及展示方式的影响。

39 “初心”（Beginner's Mind）一词有时会被用到佛教和正念教义中。初学者开始冥想练习后，其探索过程好似有无限的可能性。初心代表着开放、好奇、不妄加评判，这些优点应继续发扬。将“初心”一词用在艺术与心理健康领域是比较恰当的，因为这既能表明巴林基金会是初涉该领域，又能体现出从中看到的无限发展机遇。

亲身经历与共同创作

心理健康问题（特别是常见心理障碍）已变得非常普遍，许多艺术与心理健康项目的组织者往往也和参与者一样面临着心理健康问题的困扰。事实上，许多艺术家都表示，这种亲身经历正是他们投身于艺术与心理健康活动的一大原因。这些经历可能会对艺术家的工作方式带来积极影响，也让他们对自己所从事的工作有了更深刻的理解。此外，在本次调研中，许多艺术家都表示希望与参与者共同进行创作。

包容性

本报告的调研方式以及所知资金来源都有可能对研究结果产生影响。但值得注意的是，目前的调查结果显示，受心理健康问题困扰的群体与社区其他群体合作开展的项目少之又少。出于专业化和安全保等因素考虑，这有一定的优势。但也有案例表明，包容性的活动方式更有利于消除偏见，促进社会融合。

资金来源

艺术项目有许多不同的资助方式。许多项目都是从当地社区筹集资金，既有艺术基金的支持，也有国家彩票等一般基金的资助。一些领取政府救助的人会用资助款来缴纳课程费用。资金问题往往很难管理。许多艺术组织反映，为了适应不断变化的资助方式，他们不得不改变工作方法。值得注意的是，哪怕是在社会处方需求不断增加的英格兰，该领域的健康类基金也是少之又少。

两个世界，两种语言

在艺术中有许多领域（如艺术与刑事司法）都要求艺术从业者要熟悉两套复杂的体系，极具挑战性。这一点在艺术与心理健康领域尤为突出，因为从业者需要在某种程度上了解复杂的心理健康知识。此外，他们还需要与复杂的NHS体系合作。受心理健康问题困扰的艺术从业者往往很少想到求助于心理健康服务机构。对于个人而言，艺术是逃避烦恼的良方，也是温馨治愈的港湾。但对于艺术组织来说，了解NHS是很有必要的，尤其是那些希望获得临床委托小组资助的艺术组织。

研究不足

在本次调研过程中，笔者发现，虽然有观点认为有关艺术活动对心理健康影响的研究很多，但事实上，笔者找到的相关学术文献十分有限，而且现有文献大多是基于小规模项目的研究，参考价值有限。过去，巴林基金会资助艺术活动并不是将其视作对“疾病”的“治疗”，而是为了确保每个人都享有创造性地表达自我、享受文化的权利。然而，随着艺术活动与健康服务的关系日益密切，会有越来越多的艺术活动希望得到NHS资助，而这必然要以充分的调研为基础。MARCH网络的成立有助于推动这方面的研究进展。

创意型群体的多样性及其服务对象

如前文所述，部分社会群体遇到心理健康问题的几率会更高。创意型群体由哪些人构成？他们能有多大的社会代表性？这些问题一直是业内讨论的焦点，而且也非常适用于艺术与心理健康领域的从业者。一个具体的例子就是，有很多非裔及少数族裔人群都需要心理健康服务，但在艺术组织从业者中，接受心理健康服务的人却相对较少。

合作

本报告中提到的大多数例子都涉及某种形式的多方合作,例如专业的艺术与心理健康组织和卫生服务机构合作,或者专业的参与式艺术组织与博物馆等大型艺术机构合作。在合作过程中,良好的沟通和对彼此文化的认可成功的关键。

减少污名,挑战偏见

人们很容易夸大艺术组织在改变社会态度方面的作用。近年来,社会公众对于心理健康问题的态度发生了积极的转变,这很难归功于某个人或某个艺术组织。不过,这种社会转变是值得欢迎的,而展示受心理健康问题困扰群体的艺术才华正是这种转变的一种体现。

艺术范畴

总的来说,艺术与心理健康活动涵盖了多种多样的艺术形式,但涉及程度各有不同。例如,以艺术与心理健康为主题的舞蹈作品寥寥无几,绝大多数都是视觉艺术作品。

主流艺术组织主要关注哪些领域?有何影响?

在过去十年间,除了专业艺术组织和参与式艺术组织,各种不同类型的艺术组织都开始关注创意老龄化的发展。相较之下,艺术与心理健康领域得到的关注却并不多。如果有关组织真正涉足艺术与心理健康领域(利物浦皇家爱乐乐团就是一个值得研究和推广的范例),那其必然会获得巨大的发展,无论是在规模上还是质量上。

地区差异

由于调研时间有限,本报告无法面面俱到,也无法全面、详尽地考察整个英国的发展情况。但是,不同地区的艺术与心理健康发展确有不同。例如,布莱顿霍夫拥有十分丰富的项目资源,而苏格兰部分地区的相关项目就寥寥无几。这有可能是笔者掌握的信息不足所知,但更有可能是因为不同地区的实际发展情况确有差异,因为目前英国国家层面尚无统一的相关政策或资助方案,而来自第三方机构的资助也千差万别,例如英格兰各地临床委托小组

或心理健康信托对艺术与心理健康的支持程度就各有不同。相关的活动倡议主要由个人推动,而且得到资助的机会有限。

一切以服务群体中心

在巴林基金会资助的艺术活动中,展示的艺术作品往往是由遭遇歧视的社会弱势群体创作的,创作内容也由这些群体(难民、失智症患者、受心理健康问题困扰的人群等)自行决定。值得注意的是,苏格兰心理健康艺术节和伯明翰贝德莱姆艺术节等节日活动都十分关注受心理健康问题困扰群体的生活经历。这些活动不仅向公众展示了非常优秀的艺术作品,也促进了不同群体之间的深入交流和相互理解。但有一个误区需要指出——艺术与心理健康领域并非只关注受心理健康问题困扰群体的经历。

儿童和青少年

“这一领域的相关服务并不是很多,很多都是体育活动,艺术活动很少。”

“刚进组的时候我真的很紧张,但经过与工作人员沟通,我下定决心加入。我觉得自己很受欢迎。现在我很喜欢这个项目。”

“42号街”活动参与者

在本报告所提及的项目中,只有一小部分是面向儿童和青少年开展的。究其原因,一是许多心理健康服务机构都不希望给儿童和青少年贴上某种社会标签;二是为儿童和青少年提供参与式艺术服务需要很好的技巧和关怀。不过,我们也必须认识到,现在有越来越多的青少年面临着心理健康问题的困扰。

42号街/霍斯福尔中心 (42ND STREET/HORSFALL)

“42号街”是一个专为大曼彻斯特地区11-25岁的青少年提供心理健康和情绪疏导服务的组织。该组织可提供一系列个人疗愈服务，并开展多种多样的团体活动。

“42号街”设立了一个名为“霍斯福尔中心”的画廊兼艺术空间，并在此开展了许多以心理健康为主题的艺术活动。目前，社会上有许多青少年面临着巨大的压力，但他们没有机会参加艺术项目或寻求心理健康服务，霍斯福尔画廊便是专门针对这些青少年设立的。画廊提供免费预约会谈服务，帮助青少年提升自信心，并安排心理健康医师来指导青少年创意活动。在开展活动的过程中，画廊注重为青少年提供积极、有建设性的帮助，通过灵活有效的方式更好地了解青少年的生活。“42号街”由青少年群体主导，旨在通过艺术手段为青少年群体发声，并探索他们在生活中的心理健康状态。近来，由于越来越多自我转介的人士表示感到孤独，“42号街”特意就这一问题开展了一项同龄群体研究（鼓励组织内的青少年对同龄人进行研究）。为此，参与者制作了以“孤独与共处”为主题的电影、戏剧、音乐、公共开放空间以及沉浸式展览作品，用积极而又创意十足的方式探索独处时光，同时试着融入新团队与他人合作。

“42号街”还为会为从事青少年工作的艺术家和艺术组织提供心理健康服务培训。在其最近举办的“心理健康与艺术”（Mental health and the Arts）专题研讨会中，心理健康机构管理人员、NHS工作人员、学者、艺术家和青年代表齐聚一堂，共同探讨了艺术与心理健康的发展。

“我们经常在艺术中寻求宁静。很多人会选择涂色书，但很容易把颜色涂出边界线，这会让人觉得沮丧。自由绘画的效果可能更好，但这需要一定的想象力、指导以及画廊中的这种安静氛围。”

“42号街”活动参与者

挑战性

虽然很多艺术家都躬身于艺术与心理健康服务，但资金来源不稳定是该领域发展面临的一大难题。另外，艺术家也需认识到，与活动参与者之间的交流有时会很敏感，甚至让人心力交瘁。许多组织都认为，他们需要更多的资源和时间来实现自我支持和自我关怀。少数组织则表示需要更多的临床指导。

从业者相对孤立

调研中参访的大多数艺术组织都对同行知之甚少，这其中的原因不一而足，如日常工作压力、工作不稳定、缺乏资金等。不过，在文化、健康与福利

联盟等组织（尽管该组织目前只服务于英格兰地区）的推动下，未来应该会有越来越多的业内交流机会。

工作坊模式

许多项目每周都会举办工作坊，或面向固定参与者开放，或采用公开课的形式。此类工作坊往往会安排一名或多名艺术家进行指导，而艺术家和活动参与者也会在这一过程中逐渐熟悉彼此。对于许多人来说，工作坊模式十分稳定，且目的性明确，无疑是一个好选择。而大规模的实验/创新活动是否真的有必要呢？这一点尚待讨论。

关注度低

随着媒体对心理健康问题的关注度越来越高，大众对心理健康的认识也在不断提升。然而，致力于心理健康服务的艺术组织媒体曝光度仍然不高。

无限机遇

公众对于心理健康问题的日益关注以及NHS体系和艺术委员会的支持都表明，接下来的十年是艺术与心理健康领域发展的黄金期，其重要性也会得到更多的认可。不过，该领域的持续发展需要更多的资金支持以及更广泛的认可，也需要继续深入研究，例如分析受心理健康问题困扰群体的参与情况及现有组织提供的服务。

艺术与心理健康的发展意义重大，也应得到社会认可和支持。巴林基金会愿为此积极贡献一份力量。

参考文献

- Ageing Artfully*, The Baring Foundation, 2009.
- Artists Practising Well*, Nicola Naismith, 2019.
- Arts and culture in health and wellbeing and in the criminal justice system: A summary of evidence*, Arts Council England, 2018.
- Assessing the impact of artistic and cultural activities on the health and well-being of forcibly displaced people using participatory action research. C Clini, LJM Thomson, and HJ Chatterjee. *BMJ Open* 2019.
- Black Skin, White Masks*, Frantz Fanon, 1952.
- Changing Arts and Minds – a survey of the health and wellbeing of the creative sector*, Inspire, 2018.
- Creative Health: the Arts for Health and Wellbeing*, All-Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing, 2017.
- Effects of Group Drumming Interventions on Anxiety, Depression, Social Resilience and Inflammatory Immune Response among Mental Health Service Users. D Fancourt, R Perkins, S Ascenso, LA Carvalho, A Steptoe, A Williamson. *PLoS ONE* 11(3). 2016.
- Evaluating the impact of participatory art projects for people with mental health needs, S Hacking, J Secker, H Spandler, L Kent and J Shenton. *Health & Social Care in the Community*. 16. 2018.
- Health Equity in England: The Marmot Review Ten Years On*, The Health Foundation/Institute of Health Enquiry (forthcoming 2020).
- How group singing facilitates recovery from the symptoms of postnatal depression: a comparative qualitative study. R Perkins, S Yorke, D Fancourt. *BMC Psychol*. 6(1):41. 2018.
- Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefit for mental health recovery: A critical review. T van Lith, Margot J Schofield, and P Fenner. *Disability and Rehabilitation*. 35:16. 2013.
- Mad, Bad and Sad: A History of Women and the Mind Doctors from 1800s to the Present*, Lisa Appignanesi, 2007.
- Madness in Civilisation*, Andrew Scull, 2016.
- Madness: A Brief History*, Roy Porter, 2002.
- Mental health and arts participation: The state of the art in England. Suzanne Hacking, Jenny Secker, Lyn Kent, Jo Shenton and Helen Spandler. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 126. 2006.
- Mental health and wellbeing in England: Adult Psychiatric Morbidity Survey 2014*, S McManus, P Bebbington, R Jenkins, T Brugha. (eds.), Leeds: NHS Digital. 2016.
- Mental Health, Psychiatry and the Arts*, Andrew Beveridge in ed. Tischler, 2010.
- Museums and art galleries as partners for public health. P Camic & H Chatterjee. *Perspectives in Public Health*. 133. 2013.
- Participatory theatre and mental health recovery: a narrative inquiry. W Torrissen & T Stickley. *Perspectives in Public Health*. 138(1). 2018.
- Psychiatry*, Rebecca McKnight, Jonathan Price and John Geddes, Oxford University Press, 2019
- Straight Jacket*, Matthew Todd, 2016.
- The Art Room: An Evaluation Of A Targeted School-based Group Intervention For Students With Emotional And Behavioural Difficulties. Melissa Cortina & Mina Fazel. *The Arts in Psychotherapy*. 2014.
- The Body Keeps the Score*, Bessel van der Kolk, 2014.
- The Heartland: Finding and losing Schizophrenia*, Nathan Filer, 2018.
- The Noonday Demon*, Andrew Solomon, 2002.
- The Restless Art*, François Matarasso, 2019.
- The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature. J Leckey. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 18. 2011.
- What is the evidence of the role of the arts in improving health and wellbeing? A scoping review*, D Fancourt and S Finn / World Health Organization, 2019.

组织机构列表

【附录一】

在过去两年中，英国多家组织机构面向受心理健康问题困扰的人群开展了各种参与式艺术活动，我们对此十分关注，故将各组织机构的名称及概要信息收录于本报告的附录部分。需要说明的一点是，以下仅列举了部分组织机构，未能详尽介绍该领域的所有艺术组织。

“20层高”组织 (20 Stories High) 致力于鼓励利物浦的青少年共同参与戏剧创作，并与当地的儿童与青少年心理健康服务中心 (CAMHS) 合作推出心理健康项目。

“42号街”组织 (42nd Street) 是位于曼彻斯特的一家重要慈善机构，致力于为当地面临心理健康问题困扰的青少年提供服务，通过霍斯福尔中心开展一系列创意活动。

创意数字化平台“6400万艺术家” (64 Million Artists)，最近面向受心理健康问题困扰的人群开展了一项名为“心灵创意” (Creativity in Mind) 的临床评估项目。

视觉艺术促进文化发展协会 (ACAVA) 诞生于哈默史密斯，现已在英格兰东南部设立了多个工作室，并在伦敦针对受心理健康问题困扰的群体推出了多个视觉艺术项目。

“苹果与毒蛇”组织 (Apples and Snakes) 虽然总部位于伦敦，但其在全国范围内开展了一项诗歌朗诵项目，其中涵盖心理健康相关内容。

位于斯托克波特的“社区康复艺术”组织 (Arts for Recovery in the Community, Arc) 是一家专业的艺术与心理健康慈善机构，开展了包括“艺术处方” (Arts on Prescription) 在内的一系列活动。

位于伦敦东部的阿科拉剧场 (Arcola Theatre) 成立了多个社区分剧场，其中一个分剧场每年都会推出两个以心理健康为主题的项目。

位于邓迪的“艺术天使”组织 (Art Angel) 是一家专业的艺术与心理健康组织，主要组织开展视觉艺术和创意写作活动。

“让艺术走进医疗”组织 (Arts in Healthcare) 总部位于爱丁堡，服务范围遍及整个苏格兰地区，旨在借助艺术手段完善NHS体系。该组织开办了大量以心理健康为主题的参与式工作坊。

“艺术关怀”组织 (Arts Care) 的活动足迹遍布北爱尔兰地区，鼓励艺术家走进心理健康服务机构进行创作。

位于德比的“艺术之核” (Artcore) 是一家热衷于艺术与健康领域的视觉艺术机构，每周都会面向受心理健康问题困扰的人群及其他群体举办“艺术改善生活” (Art Enhancing Life) 工作坊。

位于英国多赛特郡普尔市的公益组织“艺匠工作室” (Artisan Studio CIC) 开设了丰富多样的创意工作坊，其中不乏服务于心理健康需求的工作坊。

慈善机构“艺术便车” (Artlift) 致力于通过艺术为遇到心理健康问题的群体提供多样化治疗方案，在格罗斯特市好评如潮。

“艺术共联·中央区” (Artlink Central) 每周都会在斯特灵地区为面临着心理健康问题困扰的人群举办视觉艺术工作坊。

“艺术共联·爱丁堡” (Artlink Edinburgh) 是一家艺术与残障服务机构，长期为面临心理健康问题困扰的人群提供帮助。

“艺术共联·赫尔” (Artlink Hull) 是一家无障碍艺术慈善组织，2018年与另一组织“疯狂尊严” (Mad Pride) 共同主办了“疯狂世界” (It's a Mad World) 艺术节。该组织还与当地的康复学院开展了合作。

“艺术共联·西约克郡” (Artlink West Yorkshire) 也是一家无障碍艺术组织，聘用一名“艺术与心灵网络” (Arts and Minds Network) 员工，并创立了一个视觉艺术工作室 (每两周开放一次)。

“艺术与心灵”组织 (Arts and Minds) 位于英国剑桥，致力于在当地博物馆开展多种形式的艺术活动，如合唱团、艺术讲习班等。

“艺术与心灵网络” (Arts and Minds Network) 位于英国利兹市，主要由心理健康信托资助，共有3名兼职员工，主要负责工作协调及对接，此外还要组织工作坊和艺术节活动。

1987年，“艺术关怀” (Arts Care/Gofal Celf) 是一家专业的艺术与心理健康组织，于1987年在威尔士西部成立，至今已推出过众多项目活动，如近期举办的“创意社区”活动 (Creative Communities)。

“艺术网络” (Arts Network (SELAN)) 位于伦敦刘易舍姆区, 面向所有受心理健康问题困扰的人举办艺术和手工制作活动。

“艺术之形” (Art Shape) 位于格洛斯特郡, 致力于促进社会包容性并为残障人士提供服务。多年来, 该组织已推出了众多艺术与心理健康项目。

位于布莱顿的“艺术空间” (Artspace) 是一个专门面向遇到心理健康问题的人群开放的艺术工作室。

阿什莫尔博物馆 (Ashmolean Museum) 坐落于牛津, 是当地“人人阿什莫尔”计划 (Ashmolean for All) 的组成部分。该馆同众多社区组织 (如麦恩德) 合作推出了一场视觉艺术主题展, 参展作品均由活动参与者创作。

“前卫威尔士” (Avant Cymru) 是一家位于威尔士的剧团, 主要创作街舞、霹雳舞以及有关心理健康的舞蹈作品。

巴斯博物馆合作伙伴计划 (Bath Museums' Partnership) 与“创意之作”组织合作推出了“新锐画廊”项目。

贝特莱姆艺术画廊 (Bethlem Gallery) 坐落于贝特莱姆心理健康博物馆内, 平时会经常举办各种艺术活动和高质量的专业艺术展。

贝特莱姆心理健康博物馆 (Bethlem Museum of the Mind) 位于伦敦南部, 馆内保存着原贝特莱姆皇家医院的重要档案资料。博物馆以这些档案资料为灵感, 推出了丰富多样的艺术活动。

“蓝色鼓动” (Big Blue Drum) 是一家艺术与社区公益组织, 致力于在不同环境下开展各种各样的艺术活动, 并和焦虑症和抑郁症群体共同进行视觉艺术创作。

伯明翰轮演剧团 (Birmingham Rep) 是贝德莱姆艺术节的合作伙伴, 不仅会在节日期间组织戏剧演出, 还成立了“灯柱”子剧团 (Lightpost), 专门为遇到心理健康问题的年轻黑人提供服务。

伯明翰幸福社区合唱团 (The Birmingham Wellbeing Community Choir) 致力于为遇到心理健康问题的群体提供帮助, 每周在不同地点组织音乐表演活动。

“黑衣修士之家” (Blackfriars Settlement) 是一个位于伦敦南部的社区公益组织, 面向受心理健康问题困扰的群体开展多种多样的视觉艺术活动。

伦敦的“呼吸艺术健康研究” (Breathe ahr) 专门为受产后抑郁症困扰的母亲群体推出了一项名为“母亲旋律” (Melodies for Mums) 的音乐活动, 在惠康信托的资助下活动规模将进一步扩大。

莱斯特的“激扬火花” (BrightSparks) 是一个由受心理健康问题困扰的人士、志愿者和艺术支持者共同组成的团体, 主要开展各种形式的艺术活动 (包括喜剧)。

“英国陶瓷双年展”组织 (British Ceramics Biennial) 位于特伦特河畔斯托克, 与麦恩德组织合作开展了众多艺术与心理健康项目, 并积极推动与成瘾症康复者的合作。

伦敦纸箱公民剧团 (Cardboard Citizens) 鼓励无家可归的群体参与“论坛剧场”创作, 希望以此帮助他们摆脱心理健康问题的困扰。

“滚轮艺术”组织 (Cartwheel Arts) 位于兰开夏郡, 30多年以来一直致力于开展各种参与式艺术活动, 重视开展多样化的艺术与心理健康活动。

“Cathja”公益组织以伦敦西部的一艘游艇为活动地点, 为遇到心理健康问题的人群举办视觉艺术工作坊。

“创意康复之涌” (Cascade Creative Recovery) 是位于布莱顿的一个社区志愿者组织, 成立了一家咖啡厅, 定期举办创意工作坊等活动。

“查恩伍德艺术” (Charnwood Arts) 是位于拉弗伯勒的一个参与式艺术组织, 定期举办RAW工作坊活动, 为遇到心理健康问题的群体提供帮助。

奇切斯特节日剧场 (Chichester Festival Theatre) 是一个以年轻化团队而著称的社区组织, 目前已涉足司法体系中的心理健康服务机构。

红辣椒艺术工作室 (Chilli Studios) 在纽卡斯尔和盖茨黑德两地设有办公地点, 主要致力于开展各种形式的艺术活动。该组织至今已推出了诸多艺术项目, 其中“大脑与故事”项目 (Heads and Tales) 鼓励借助档案资料追踪并帮助当地受心理健康问题困扰的人群。

位于诺丁汉的“城市艺术”组织 (City Arts) 每周都会举办会员制的视觉艺术工作坊, 并与诺丁汉大学心理健康研究院合作开展艺术活动。

伦敦城市交响乐团 (The City of London Sinfonia) 在贝特莱姆与莫兹利医院学校开设了一个为期3年的驻地音乐项目。

位于格拉斯哥的“凡轮”组织 (Common Wheel) 是一个服务于受心理健康问题困扰群体的音乐组织, 其服务对象也包括加特纳维尔皇家医院内的病患。

“威尔士社区艺术”组织 (Community Music Wales) 位于梅瑟蒂德菲尔。2019年, 该组织在威尔士不同地区开设了为期3周的音乐课程, 为社区音乐人提供心理健康服务技能培训。学员还有机会参加为期6周的后续实习课程, 对经验丰富的心理健康服务音乐人进行实践观摩。

“核心艺术”组织 (Core Arts) 是在原哈克尼医院旧址上成立的, 现已发展成为一家拥有2000名成员的公益教育机构, 经常举办丰富多样的艺术、体育和园艺活动。

“创意选择” (Creative Alternatives) 是位于默西赛德的一家艺术处方服务机构, 长期为受心理健康问题困扰的群体提供帮助。

“创意未来” (Creative Future) 旨在通过开展视觉艺术和创意写作活动, 提升公众对域外艺术家 (包括受心理健康问题困扰的群体) 的认可度。

“创意心灵” (Creative Minds) 是一家由西南约克郡 NHS 信托基金会资助的慈善组织, 成立于2011年, 至今已推出150多项艺术活动。该组织与其他艺术机构一直保持着密切的合作关系。

位于巴恩斯利的“创意康复” (Creative Recovery) 组织旨在通过发挥创造力来改善约克郡民众的健康状态, 提升其幸福感。该组织下设“公开艺术” (Open Art) 工作室, 专门为受成瘾症 (酒精/药物) 和心理健康问题困扰的人群提供帮助。

“创意回应”组织 (Creative Response) 成立于1993年, 坐落于在萨利郡法纳姆区。该组织重视同社会弱势群体 (主要是受心理健康问题困扰的群体) 合作创作视觉艺术和表演作品。

“创意之作” (Creativity Works) 是位于拉德斯托克的一个社区艺术组织, 主要围绕着艺术与心理健康这一主题开展一系列活动。

“文化&” (Culture&) 组织致力于促进文化与多样性发展, 至今已有30多年历史。该组织近期委托音乐家乔瑟琳·波克 (Jocelyn Pook) 创作了两首歌曲: 《焦虑奏鸣曲》 (The Anxiety Fanfare)、《歇斯底里: 致歌手与精神病学家的套曲》 (Hysteria: A Song Cycle for Singer and Psychiatrist)

“独声音乐” (Cymaz Music) 是位于康沃尔的一家音乐组织, 成立已有20多年。该组织长期躬身于艺术与与健康领域, 目前正面向儿童群体开展心理健康服务活动。

伦敦艺术组织“有限日常生活” (Daily Life Limited) 是艺术家芭比·贝克 (Bobby Baker) 作品的制作方。芭比的作品关注日常生活中的歧视和偏见行为, 其日记最近在惠康收藏博物馆展出。

“唐卡斯特社区艺术”组织 (darts) 位于唐卡斯特, 长期开展心理健康与创意活动。该组织最近推出了一场名为“创意方位” (Creative Directions) 的活动。

德拉沃尔美术馆 (De La Warr Pavilion) 是一座位于滨海贝克斯希尔的现代艺术馆, 其推出的“艺术摇篮” (Mother Lode) 项目专门为受产后抑郁症困扰的母亲们提供帮助。

“双象印迹工作坊”组织 (Double Elephant Print Workshop) 位于德文郡, 十几年来一直致力于提供“印迹处方”服务, 同时也为医院中的精神病患者举办各种活动。

杜尔维治美术馆 (Dulwich Picture Gallery) 与南伦敦莫兹利康复学院合作推出了一项老年人心理健康服务活动。

东伦敦舞团 (East London Dance) 在2017年与沙德勒之井剧院、“先发纽汉姆”组织建立了战略合作伙伴关系, 为150名受心理健康问题困扰的10-16岁青少年开设舞蹈课程。

共情博物馆 (Empathy Museum) 是一家移动式的参与式艺术组织, 鼓励人们换位思考, 为他人着想, 尤其是受心理健康问题困扰的群体。

位于贝尔法斯特的Esc影业致力于同社会边缘化群体共同创作“治疗式电影”, 其合作对象也包括司法系统中遇到心理健康问题的人群。

法布里卡画廊 (Fabrica) 是位于布莱顿的一家视觉艺术机构, 与肯普敦男艺社团 (Men in Sheds) 建立了合作关系;

“堕落天使舞团剧场” (Fallen Angels Dance Theatre) 位于切斯特, 致力于为成瘾症群体打造安全、温馨的环境, 并定期组织公共演出, 从而帮助他们戒除瘾症。

“飞鱼艺术家”组织 (Flying Fish Artists) 位于德文郡巴恩斯特珀尔地区, 主要通过艺术手段为遇到心理健康问题的人群提供帮助。

伦敦的育婴堂博物馆 (Foundling Museum) 面向被救助的青年群体推出了“追忆我们的故事” (Tracing Our Tales) 活动。

威尔士的“4 × 4” (Four in Four) 是一个专门提供心理健康服务的跨学科艺术组织。该组织的新作——《上帝与国王》 (Gods and Kings) 最近正在谢尔曼剧院上演。

流体运动剧院 (Fluid Motion Theatre) 位于贝辛斯托克, 主要创作以心理健康为主题的自传式戏剧作品。

“解脱折磨”组织 (Freedom from Torture) 专门面向遭遇不幸的群体开展创意活动, 如成立“为生命写作” (Write for Life) 小组, 这是英国历史最悠久的难民创意写作团体。

伦敦的弗洛伊德博物馆 (Freud Museum) 与当地多家社区组织合作开展了一系列参与式艺术活动, 部分麦恩德组织的成员也参与其中。

吉斯剧场 (Geese Theatre) 因其蒙面式的论坛剧场表演而备受瞩目。该剧场目前在司法体系心理健康机构开展的活动越来越多。

布里斯托尔的格伦赛德医院博物馆 (Glenside Hospital Museum) 是在一家老精神病医院的基础上建立的。

汉普郡文化信托 (Hampshire Culture Trust) 与当地的儿童与青少年心理健康服务中心合作推出了ICE项目, 综合利用当地众多艺术机构的资源, 为处于弱势地位的青少年群体提供帮助。

爱丁堡的和谐合唱团 (Harmony Choir) 专门为那些受心理健康问题困扰的人群提供帮助。

“玻璃之心” (Heart of Glass) 是位于默西赛德郡圣海伦斯的一家社会艺术机构, 主要负责英格兰艺术委员会“创意人与环境”项目在当地的开展工作。2019年, 该组织委托艺术家“真空吸尘器”策划了一场主题为“疯狂爱接力” (MadLove TakeOver) 的艺术与心理健康艺术节。

伯明翰的赫斯中心 (Hearth Centre) 借助艺术活动探讨心理健康和人文关怀领域的重要议题, 从而提升活动参与者的幸福感。该组织为2019年贝德莱姆艺术节专门推出了一部新作品——《旋转门》 (Revolving Door)。

位于布拉德福德希普利区的社区艺术组织“蜂巢” (The Hive), 多年来一直为受轻中度心理健康问题困扰的人群开设艺术课程。

“悦鸣创意艺术”组织 (Hoot Creative Arts) 位于西约克郡柯尔克利斯地区, 专门开展各种样式的艺术与心理健康活动。

“走进病室”组织 (Hospital Rooms) 委派多位知名艺术家进驻纽约各地的精神病医院提供艺术服务, 通过分享新的创作打造富有活力的医疗环境。

位于怀特岛的公益组织“独立艺术” (Independent Arts) 每周都会举办名为“焦虑症咖啡厅”的艺术工作坊。

卡苏姆艺术 (Kazzum Arts) 是一家位于伦敦的艺术组织, 最初主要为儿童和年轻人表演优秀的戏剧作品, 如今重点关注青少年难民群体。该组织已推出了许多专业艺术活动, 其中之一就是面向青少年精神病患者开展的“阿波罗”项目 (Apollo)。

“键变”组织 (Key Changes) 位于伦敦北部, 服务范围极广, 致力于为受心理健康问题困扰的群体开设音乐课程, 引领他们走入音乐创作的世界。

位于格温特郡的“威尔士内形于外”组织 (Inside Out Cymru) 是一个艺术与心理健康慈善机构, 在格温特各地举办艺术工作坊和其他各种活动。

伦敦国王学院文化社团 (King's College London's Cultural Community) 是一支跨学科团队, 重点关注艺术与健康领域。该团队至今已推出了众多心理健康服务项目。

“麦恩德·利兹” (Leeds Mind) 开展的“墨池咖啡屋”活动 (Inkwell Café) 内容丰富多样, 包括艺术课程、现场活动、电影放映和展览等。

“青檬艺术” (Lime Art) 是位于曼彻斯特的一家艺术与健康组织, 以心理健康为主题开展大量的艺术活动, 其中包括向司法系统心理健康机构委派驻地艺术家。

“乐不容缓”组织 (Live Music Now) 在英国各地提供音乐服务, 鼓励受过专业训练的乐坛新人走进精神科病房进行创作或表演。

“鲜活语言” (Living Words) 是一家创意写作慈善组织, 曾先后多次在福克斯通Quarterhouse场馆主办以大脑科学、心理健康和艺术为主题的艺术节。

位于西米德兰兹的LouDeemY制作剧团 (LouDeemY Productions) 与伯明翰与索利哈尔心理健康信托基金会建立了合作关系。

米德兰兹艺术中心 (MAC) 是伯明翰贝德莱姆艺术节的视觉艺术合作组织。

“魔毯艺术”组织 (Magic Carpet Arts) 是位于埃克塞特的一家艺术与健康机构, 主要围绕着心理健康这一主题开展视觉艺术、唱歌、戏剧座谈会等多种活动。

伟生信托 (Magna Vitae Trust) 位于林肯郡, 在林肯郡NHS信托基金会的委托下为遇到心理健康问题的人群提供帮助, 并共同创作了戏剧作品《1×4》 (1 in 4)。

曼彻斯特城市大学艺术与健康中心 (Manchester Metropolitan University Arts and Health) 是一个历史悠久的跨学科艺术中心。

“公益”组织 (Maslaha) 是面向穆斯林社区开展的一项社会公平计划, 办公地点位于伦敦“解放语言” (Free Word) 大楼。该组织也会开展以心理健康为主题的艺术活动。

位于沃特福德的“偶有癫狂”剧院 (May Contain Nuts), 最初成立于一家精神病院病区, 如今已成为一个独立的社区组织。

位于萨默塞特的“凡脚步” (Mean Feet Dance) 致力于通过舞蹈来改善人们的心理健康状况。

心灵搏击俱乐部 (Mental Fight Club) 每周都会在伦敦南部举办“巨龙咖啡屋”活动, 开展丰富多样的创意活动, 时间持续一整天。

心理健康基金会 (Mental Health Foundation) 在2007年创立了苏格兰心理健康艺术节, 每年5月如期举办。该基金会还会在爱丁堡国际艺术节期间推出众多艺术活动。

位于韦克菲尔德的心理健康博物馆 (Mental Health Museum) 由以前的一家精神病院改建而成, 现在由NHS信托机构运营。

“情绪韵律” (Moodswings) 是位于曼彻斯特的一个心理健康组织, 开展包括唱歌、戏剧、视觉艺术在内的多种艺术活动。

“动感回忆舞团” (Moving Memories Dance Company) 是一个参与式舞蹈团体, 曾推出名为“梅德韦动感心灵” (Moving Minds in Medway) 的心理健康服务活动。

诺森伯兰博物馆 (Museums Northumberland) 面向受心理健康问题困扰的叙利亚难民推出了一项创意活动。

位于威尔士东北部的**新锐舞团** (New Dance) 在雷克瑟姆·梅洛医院的成年人精神科举办了一系列舞蹈工作坊活动。

位于布莱顿的“**新乐符管弦乐队**” (New Note Orchestra) 致力于为戒瘾康复群体提供帮助。

“**灵音方案**” (Noise Solution) 是一家社会企业, 针对英格兰东部地区的青少年群体推出了一个音乐辅导项目, 重点教授音乐技术和编曲知识。

位于北希尔兹的**北泰恩赛德艺术工作室** (North Tyneside Art Studio) 成立于1991年, 每周一到周五向遇到心理健康问题的人群免费开放。

诺丁汉剧场 (Nottingham Playhouse) 是“变在眉睫”运动 (Time to Change) 的活动中心, 还曾成功上演戏剧《疯狂的乔治王》, 引起了热烈反响。

诺丁汉大学心理健康研究院 (Nottingham University Institute for Mental Health) 十分重视艺术与心理健康的关系, 并推出了一系列艺术活动, 包括每年和“城市艺术”组织合作举办公共艺术展。

位于吉尔福德的公益组织“**橡树叶企划**” (Oakleaf Enterprise) 已有20余年历史, 长期致力于为遇到心理健康问题的群体提供帮助, 并开展了艺术培训、歌唱表演、吉他弹奏等多种多样的活动。

“**奇异艺术**”组织 (Odd Arts) 位于曼彻斯特, 定期开展戏剧、舞蹈、电影制作和视觉艺术等活动, 并将心理健康作为其四大服务领域之一。目前有3项心理健康活动正在进行中。

位于埃塞克斯的“**开放艺术**” (Open Arts) 是由NHS信托运营的一家机构, 重点关注视觉艺术。该组织近期刚完成业内评估。

宝冠社区艺术 (Orb Community Arts) 位于纳尔斯伯勒, 面向受心理健康问题困扰的人群开办了众多艺术工作坊, 服务范围遍及哈罗盖特市和北约克郡, 其具体活动形式包括创意IT、卡巴莱歌舞表演和写作等等。

“**外缘剧场**” (Outside Edge) 位于伦敦西部, 专门服务于正在戒酒或戒除其他药物依赖的人群。

“**艺术通路**”组织 (Outside In) 原址位于奇切斯特的帕兰德之家画廊, 现有成员2000余名, 其中三分之一面临着心理健康问题的困扰。

“**医院油画**” (Paintings in Hospitals) 是一个全国性慈善组织, 利用其收藏的大批艺术作品在医疗场所与社会保健机构 (包括精神病区) 广泛开展创意活动。

皮博迪住房协会 (Peabody Housing Association) 与众多艺术组织 (如社区公益团体“社会物质”) 开展合作, 在其资助社区内开展各种创意活动。

“**巅峰--黑山艺术**” (PEAK - Art in the Black Mountains) 为转自儿童与青少年心理健康服务中心的青少年群体开设了一系列创意写作课程。

“**视角**” (Perspective Project) 是一个数字艺术项目, 在过去两年中已经展出了200余位艺术家和作家的作品, 旨在消除大众对心理健康问题的偏见。

“**先锋项目**” (Pioneer Projects) 是位于北约克郡海本特姆的一个社区组织, 专门针对受心理健康问题困扰的人群成立了多个艺术小组。

Place2Be组织是一个全国性的儿童心理健康慈善机构, 主要面向学校提供相关服务。不过, 该组织也专门成立了名为“艺术房间” (Art Room) 的工作室, 与伦敦、爱丁堡和牛津的众多学校合作开展艺术活动。

“**育艺制作**” (Plantation Productions) 是位于格拉斯哥市高文 (Govan) 地区的一家艺术组织, 自2014年起一直开展“创意台阶” (CreativeSteps) 系列工作坊, 为受心理健康问题困扰的群体提供帮助。

“**演变人生**” (Playing ON) 是一家重视社会责任的剧团, 长期以来一直十分关注心理健康问题。该剧团定期举办话剧巡演, 代表作包括《听见》 (Hearing Things)、《助在咫尺》 (Can I Help You?) 等。

位于伦敦的“**寓教于乐**”组织 (Play for Progress) 致力于为遭遇社会孤立、屡遭挫折的年轻难民提供艺术与音乐学习机会。

“**活动赋能**” (Project Ability) 是位于格拉斯哥的视觉艺术组织, 主要面向残障人士和遇到心理健康问题的人群开展艺术活动。该组织还成立了名为“重联” (ReConnect) 的工作室。

英国贝尔法斯特女王大学 (Queen's University Belfast) 每年都会主办北爱尔兰心理健康艺术节。

“**坤驰艺术**” (Quench Arts) 是位于西米德兰兹的一家社区艺术组织, 面向遇到心理健康问题的青少年群体推出了一项名为“波长” (Wavelength) 的音乐创作活动。

爱丁堡慈善组织“亮见发声” (Raised Voices) 专门为当地无家可归的群体开设了表演艺术和创意写作活动。

音乐组织“原材真艺” (Raw Materials) 位于伦敦南部的布里克斯顿, 推出了以心理健康为主题的“原声” (Raw Sounds) 音乐活动。

“艺术进驻心灵” (Reachout with Arts in Mind) 是位于苏格兰阿洛厄的一个参与式艺术组织, 专门从事艺术与心理健康服务。

利物浦慈善组织“读者” (The Reader) 影响力遍及全国, 长期在精神科病区举办读书分享会活动。

“真言剧场” (Real Talk Theatre) 在众多学校轮流举办戏剧工作坊, 表演互动式戏剧作品, 以期消除社会上对心理健康问题的偏见。

集体康复学院 (Recovery College Collective) 是位于英格兰东北部, 面向其成员举办了一系列创意工作坊。

罗宾汉基金会 (Robin Hood Foundation) 在布莱顿健康与福利中心推出了“疗愈、表达与康复的艺术” (HERA) 活动。

卡迪夫的“重生剧场” (Re-Live Theatre) 与患上创伤后应激障碍的退伍军人共同创作出了多部参与式话剧作品。

“赤土联盟”组织 (Red Earth Collective) 位于伯明翰, 致力于通过艺术活动激发创作灵感、促进思考并实现有效对话, 从而改善边缘化、种族化群体的心理健康状况, 提升他们的幸福感。

“重燃” (Restoke) 是坐落于特伦特河畔斯托克的一个艺术组织, 曾制作了一部关于人类与心理健康的话剧——《站起来》 (Man Up)

位于诺福克郡的复原信托 (Restoration Trust) 是一家历史文化遗产组织, 与NHS信托机构、各大高校合作打造“文化处方”活动。

里士蒙德协会 (Richmond Fellowship) 是一家全国性的心理健康慈善组织, 在萨里郡雷德希尔区成立了名为“艺术至重” (Art Matters) 社区艺术工作室。

伦敦的皇家音乐学院 (Royal College of Music) 针对受产后抑郁症困扰的母亲群体推出了一项名为“音乐与母亲” (Music and Motherhood) 的项目, 并对活动参与者进行追踪研究。

利物浦皇家爱乐乐团 (Royal Liverpool Philharmonic) 自2007年起一直与NHS信托机构保持着密切合作, 服务对象近万名。

布莱顿音乐组织“韵音荟萃” (Rhythmix) 一直十分关注心理健康问题和青少年群体。

位于杜伦郡的“RT项目”组织 (RT Projects) 面向遇到心理健康问题的群体成立了“开放艺术诊疗” (Open Art Surgery) 工作室, 主要开展视觉艺术活动。

SAMPAD南亚艺术与遗产组织位于伯明翰, 是贝德莱姆艺术节的合作伙伴。该组织面向女性群体推出了一项关于心理健康的四年期项目。

“繁荣谢菲尔德”组织 (Sheffield Flourish) 是一个心理健康慈善机构, 长期开展形式多样的活动, 如“相连世界” (Connected Worlds) 小说创作和视觉艺术课程。

“轻抚艺术” (Soft Touch) 是位于莱斯特的一个参与式艺术组织, 主要针对青少年群体开展大量的心理健康活动。

“音堡” (Soundcastle) 是一家从事音乐制作的社会企业, 总部位于伦敦, 服务范围极广。为了增强受心理健康问题困扰群体的适应性, 推出了名为“集体人” (People Collective) 的主题活动。

“健康心灵” (Sound Minds) 是位于伦敦南部的一个艺术组织, 主要以开展音乐活动为主, 此外也推出了电影、视觉艺术等其他形式的丰富活动。

位于利兹东部的Space2组织是一家社区艺术机构, 开展了多个艺术与心理健康服务项目。

位于伦敦的“口传心声”组织 (Spread the Word) 面向遇到心理健康问题的青少年推出了一项诗歌活动, 鼓励他们分享自己的心路历程。

“START启迪心智”组织 (START Inspiring Minds) 位于索尔福德, 成立25年来一直为受心理健康问题困扰的人群提供帮助, 并成立了自己的创意中心。该组织重点开展视觉艺术、手工艺以及发展培训等活动。

位于布里斯托尔的“走出剧场” (Stepping Out Theatre), 自1997年成立以来长期致力于心理健康服务, 至今已推出过70余部戏剧作品。

楼上工作室 (Studio Upstairs) 在伦敦北部、克里登及布里斯托尔均设有办公地点, 并成立了一个疗愈式的艺术社区。

西登哈姆花园 (Sydenham Garden) 位于伦敦南部, 主要面向受心理健康问题困扰的群体开展艺术与手工艺活动, 并发布评估报告。

位于布莱顿的“协同创意社区” (Synergy Creative Community) 是一个同伴式社区组织, 每周开展丰富多样的艺术活动;

位于萨默塞特郡的“艺术吧”组织 (Take Art) 面向遇到心理健康问题的青少年举办了名为“言/演” (Word/Play) 的诗歌工作坊, 鼓励他们分享自己的亲身经历。

位于米德尔斯堡的蒂斯谷艺术组织 (Tees Valley Arts) 是一个社区服务机构, 在斯托克顿区开设了每周一次的“凤凰艺术” (Phoenix Arts) 讲习班。

位于格拉斯哥的**尼莫剧场 (Theatre Nemo)** 十几年来长期开展工作坊和戏剧创作活动。

“心理健康补乐” (Tonic Music for Mental Health) 是位于朴茨茅斯的一个音乐机构, 面向英国南海岸地区开展各种活动。

位于布里真德的**“山溪谷社区艺术”组织 (Valley and Vale Community Arts)** 为焦虑症群体开展了“呼吸空间” (Breathing Space) 活动, 并在卡迪夫的查普特艺术中心 (Chapter Arts) 面向饮食失调的人群推出了“广而告之” (Getting the Message Across) 讲习班活动。

位于兰迪德诺的**威尔士中心 (Venue Cymru)** 推出了一项名为“Creu/创造” (Creu/Create) 的活动, 专门为12-16岁遇到心理健康问题的青少年开设创意讲习班 (两周一次)。这些活动参与者多由卫生医疗机构转介而来。

位于布莱顿的**“吾非圣贤” (We Are Not Saints)** 是一个致力于戒瘾康复服务的唱片公司。

惠康收藏博物馆 (Wellcome Collection) 与贝特莱姆精神健康博物馆合作推出了“贝德莱姆: 收容所以外” (Bedlam: the Asylum and Beyond) 主题艺术展。该馆“作为人类”新展厅中也专门展出了关于心理健康的艺术作品。

“麦恩德·威斯敏斯特”机构 (Westminster Mind) 运营的“葡艺印迹”组织 (Portugal Prints) 已有35年的历史, 活动形式丰富多样, 包括每周举办工作坊、户外远足、展览等等。

“无剧场” (Without Theatre) 专门为遇到心理健康问题的青少年提供帮助与服务。

位于伯明翰的**“女性&剧场” (Women & Theatre)** 经常会在心理健康机构举办工作坊活动, 而作为交换, 伯明翰与索利哈尔心理健康信托基金会为其提供办公场地。

约克圣约翰大学 (York St John's University) 与NHS信托机构合作推出了“凝心聚力” (Converge) 项目, 为遇到心理健康问题的学生开设戏剧课程等。

约克郡雕塑公园 (Yorkshire Sculpture Park) 与“创意心灵”项目合作推出了“适时而变” (Subject to Change) 讲习班活动, 每月定期举办。

“乐鱼艺术” (ZooFish Arts CIC) 是位于多塞特郡普尔市的一个社区公益组织, 每周在当地举办“活力艺术” (Zap Arts) 小组活动。该活动曾与里士蒙德协会进行合作, 为“变在眉睫” (Time to Change) 心理健康运动组织了一场公共活动。

组织机构分布

【附录二】

红色数字代表地图上的郡县位置(右)。

请注意,下图只标示出了部分组织/活动的分布,信息存在不完整的情况。

英格兰

01 伦敦 (London)

视觉艺术促进文化发展协会 (ACAVA)
 苹果与毒蛇 (Apples and Snakes)
 阿科拉剧场 (Arcola Theatre)
 艺术网络 Arts Network (SELAN)
 贝特莱姆艺术画廊&贝特莱姆心理健康博物馆 (Bethlem Gallery & Bethlem Museum of the Mind)
 黑衣修士之家 (Blackfriars Settlement)
 呼吸艺术健康研究 (Breathe ahr)
 纸箱公民剧团 (Cardboard Citizens)
 Cathja 公益组织
 伦敦城市交响乐团
 (City of London Sinfonia Core Arts)
 文化& (Culture&)
 有限日常生活 (Daily Life Limited)
 杜尔维治美术馆 (Dulwich Picture Gallery)
 东伦敦舞团 (East London Dance)
 育婴堂博物馆 (Foundling Museum)
 解脱折磨 (Freedom from Torture)
 弗洛伊德博物馆 (Freud Museum)
 卡苏姆艺术 (Kazzum Arts)
 键变 (Key Changes)
 伦敦国王学院文化社团 (King's College London's Cultural Community)
 公益 (Maslaha)
 心灵搏击俱乐部/巨龙咖啡屋
 (The Mental Fight Club/Dragon Café)
 音乐支持 (Music Support)
 外缘剧场 (Outside Edge)
 皮博迪住房协会 (Peabody Housing Association)
 寓教于乐 (Play for Progress)
 原声 (Raw Sounds)
 里士蒙德协会 (Richmond Fellowship)
 皇家音乐学院 (Royal College of Music)
 音堡 (Soundcastle)
 健康心灵 (Sound Minds)
 言传心声 (Spread the Word)
 楼上工作室 (Studio Upstairs)
 西登哈姆花园 (Sydenham Garden)
 惠康收藏博物馆 (Wellcome Collection)
 麦恩德·威斯敏斯特/葡艺印迹
 (Westminster Mind/Portugal Prints)

东、西米德兰兹

02 德比郡 (Derbyshire)

艺术之核 (Artcore) /德比

03 莱斯特郡 (Leicestershire)

激扬火花 (BrightSparks) /莱斯特
 查恩伍德艺术 (Charnwood Arts) /拉弗伯勒
 轻抚艺术 (Soft Touch) /莱斯特

04 诺丁汉郡 (Nottinghamshire)

城市艺术 (City Arts) /诺丁汉
 诺丁汉剧场 (Nottingham Playhouse)
 诺丁汉大学心理健康研究院 (Nottingham University Institute for Mental Health)

05 斯塔福德郡 (Staffordshire)

英国陶瓷双年展 (British Ceramics Biennial) /特伦特河畔斯托克
 重燃 (Restoke) /特伦特河畔斯托克

06 西米德兰兹郡 (West Midlands)

伯明翰轮演剧团 (Birmingham Rep)
 伯明翰幸福社区合唱团 (Birmingham Wellbeing Community Choir)
 吉斯剧场 (Geese Theatre) /伯明翰
 赫斯中心 (The Hearth Centre) /伯明翰
 LouDeemY制作剧团 (LouDeemY Productions) /伯明翰
 米德兰兹艺术中心 (The Mac) /伯明翰
 坤驰艺术 (Quench Arts) /西米德兰兹
 赤土联盟 (The Red Earth Collective) /伯明翰
 SAMPAD南亚艺术 /伯明翰
 女性&剧场 (Women & Theatre) /伯明翰

东北部、西部地区

07 柴郡 (Cheshire)

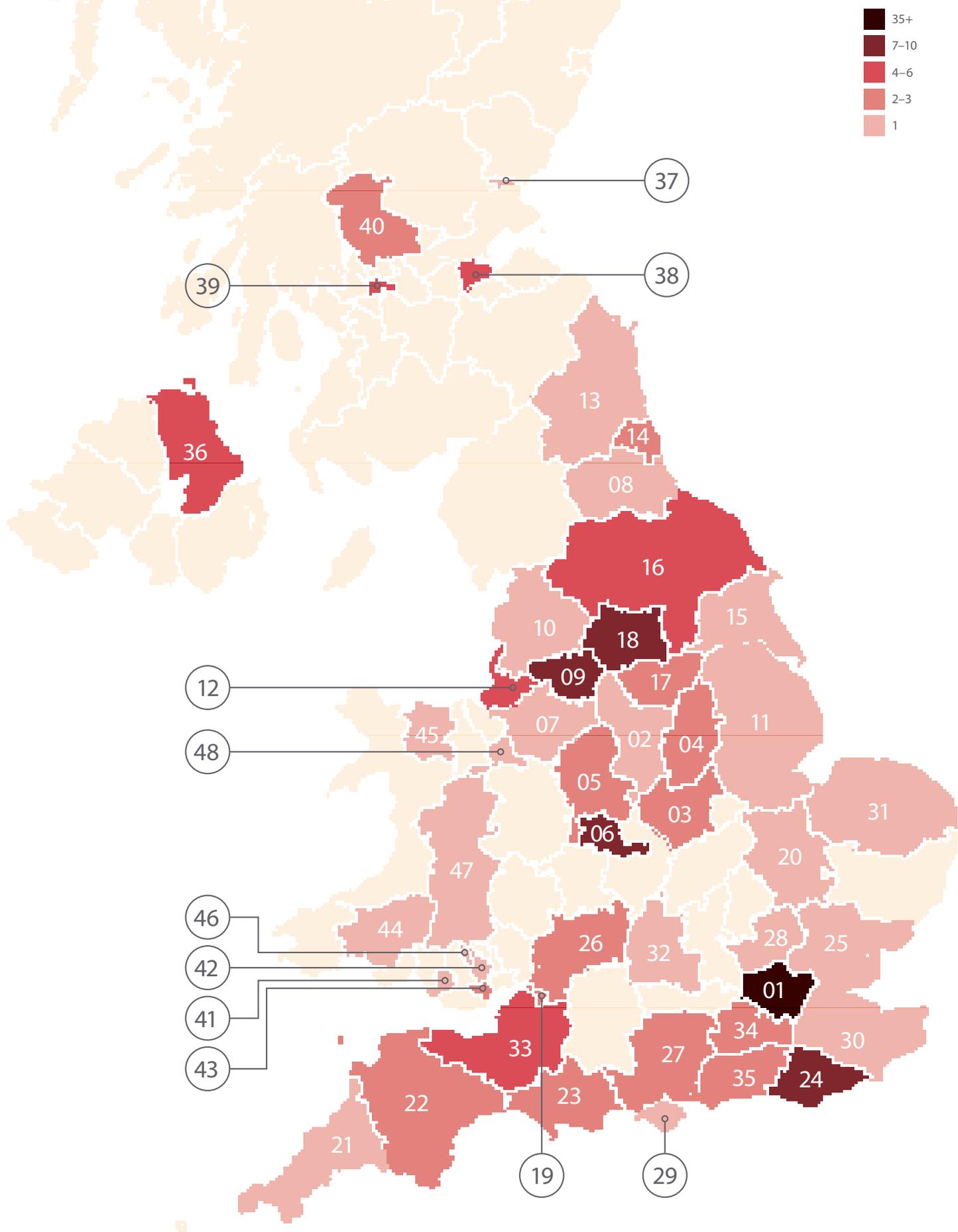
堕落天使舞团剧场 (Fallen Angels Dance Theatre) /切斯特

08 杜伦郡 (Durham)

RT项目 (RT Projects)

组织机构分布

组织机构编号 (按所在地排序)



09 大曼彻斯特郡 (Greater Manchester)

42号街 (42nd Street) /曼彻斯特
社区康复艺术 (Arc) /斯托克波特
变色龙舞团 (Company Chameleon, Manchester) /曼
彻斯特

曼彻斯特城市大学艺术与健康中心 (Manchester
Metropolitan University Arts and Health)
青檬艺术 (Lime Art) /曼彻斯特
情绪韵摆 (Moodswings) /曼彻斯特
奇异艺术 (Odd Arts) /曼彻斯特
START启迪心智 (START Inspiring Minds) /索尔福德
惠特沃斯美术馆 (Whitworth Art Gallery) /曼彻斯特

10 兰开夏郡 (Lancashire)

滚轮艺术 (Cartwheel Arts) /海伍德

11 林肯郡 (Lincolnshire)

伟生信托 (Magna Vitae Trust) /劳斯

12 默西赛德郡 (Merseyside)

20层高 (20 Stories High) /利物浦
创意选择 (Creative Alternatives) /圣海伦斯
玻璃之心 (Heart of Glass) /圣海伦斯
读者 (The Reader) /利物浦
利物浦皇家爱乐乐团 (Royal Liverpool Philharmonic)

13 诺森伯兰郡 (Northumberland)

诺森伯兰博物馆 (Museums Northumberland)

14 泰恩-威尔郡 (Tyne and Wear)

红辣椒艺术工作室 (Chilli Studios) /纽卡斯尔 & 盖茨黑德
北泰恩赛德艺术工作室 (North Tyneside Art Studio) /
北希尔兹
集体康复学院 (Recovery College Collective) /纽卡斯尔

约克郡 & 亨伯地区

15 约克郡东区 (East Riding of Yorkshire)

艺术共联·赫尔 (Artlink Hull)

16 北约克郡 (North Yorkshire)

宝冠社区艺术 (Orb Community Arts) /纳尔斯伯勒
先锋项目 (Pioneer Projects) /海本特姆
蒂斯谷艺术 (Tees Valley Arts) /米德尔斯堡

17 南约克郡 (South Yorkshire)

创意康复 (Creative Recovery) /巴恩斯利
唐卡斯特社区艺术 (darts) /唐卡斯特
繁荣谢菲尔德 (Sheffield Flourish)
约克圣约翰大学 (York St John's University)

18 西约克郡 (West Yorkshire)

艺术共联·西约克郡 (Artlink West Yorkshire)
艺术与心灵网络 (Arts and Minds Network) /利兹
创意心灵 (Creative Minds) /韦克菲尔德

蜂巢 (The Hive) /布拉德福德希普利区
悦鸣创意艺术 (Hoot Creative Arts) /柯尔克利斯
麦恩德·利兹 (Leeds Mind)
心理健康博物馆 (Mental Health Museum) /韦克菲尔德
Space2组织 /利兹
约克郡雕塑公园 (Yorkshire Sculpture Park)

东南部、西部与东英吉利地区

19 布里斯托尔 (Bristol)

格伦赛德医院博物馆 (Glenside Hospital Museum)
走出剧场 (Stepping Out Theatre)

20 剑桥郡 (Cambridgeshire)

艺术与心灵 (Arts and Minds) /剑桥

21 康沃尔郡 (Cornwall)

独声音乐 (Cymaz Music) /圣奥斯特尔

22 德文郡 (Devon)

双象印迹工作坊 (Double Elephant Print Workshop) /
埃克塞特
飞鱼艺术家 (Flying Fish Artists) /巴恩斯特珀尔
魔毯艺术 (Magic Carpet Arts) /埃克塞特

23 多塞特郡 (Dorset)

艺匠工作室 (Artisan Studio CIC) /伯恩茅斯 & 普尔
乐鱼艺术 (ZooFish Arts CIC)

24 东萨塞克斯郡 (East Sussex)

艺术空间 (Artspace) /布莱顿
创意康复之涌 (Cascade Creative Recovery) /布莱顿
创意未来 (Creative Future) /布莱顿
德拉沃尔美术馆 (De La Warr Pavilion) /滨海贝克斯希尔
法布里卡画廊 (Fabrica) /布莱顿
新乐符管弦乐队 (New Note Orchestra) /布莱顿
罗宾汉基金会 (Robin Hood Foundation) /布莱顿
韵音荟萃 (Rhythmix) /布莱顿
协同创意社区 (Synergy Creative Community) /布莱顿
吾非圣贤 (We Are Not Saints) /布莱顿

25 埃塞克斯郡 (Essex)

开放艺术 (Open Arts) /哈德利

26 格洛斯特郡 (Gloucestershire)

艺术便车 (Artlift) /格洛斯特
艺术之形 (Art Shape) /格洛斯特

27 汉普郡 (Hampshire)

流体运动剧院 (Fluid Motion Theatre) /贝辛斯托克
汉普郡文化信托 (Hampshire Culture Trust)
心理健康补乐 (Tonic for Mental Health) /朴茨茅斯

28 赫特福德郡 (Hertfordshire)

偶有癫狂 (May Contain Nuts) /沃特福德

29 怀特岛郡 (Isle of Wight)

独立艺术 (Independent Arts) / 纽波特

30 肯特郡 (Kent)

鲜活语言 (Living Words) / 福克斯通
动感回忆舞团 (Moving Memories Dance Company) /
法弗沙姆

31 诺福克郡 (Norfolk)

复原信托基金 (Restoration Trust)

32 牛津郡 (Oxfordshire)

阿什莫尔博物馆 (Ashmolean Museum) / 牛津

33 萨默塞特郡 (Somerset)

巴斯博物馆合作伙伴计划/“新锐画廊” (Bath
Museums' Partnership / Fresh Art @)
创意之作 (Creativity Works) / 拉德斯托克
凡脚步舞 (Mean Feet Dance) / 格拉斯顿伯里
艺术吧 (Take Art)

34 萨里郡 (Surrey)

创意回应 (Creative Response) / 法纳姆
橡树叶企划 (Oakleaf Enterprises) / 吉尔福德

35 西萨塞克斯郡 (West Sussex)

奇切斯特节日剧场 (Chichester Festival Theatre)
艺术通路 (Outside In) / 奇切斯特

北爱尔兰**36 安特里姆郡 (Antrim)**

艺起发声 (ARTiculate) / 贝尔法斯特
艺术关怀 (Arts Care) / 贝尔法斯特
esc影业 (esc films) / 贝尔法斯特
贝尔法斯特女王大学 (Queen's University Belfast)

苏格兰**37 邓迪 (Dundee)**

艺术天使 (Art Angel)
邓迪轮演剧团 (Dundee Rep)

38 爱丁堡 (Edinburgh)

让艺术走进医疗 (Art in Healthcare)
艺术共联·爱丁堡 (Artlink Edinburgh)
和谐合唱团 (The Harmony Choir)
心理健康基金会 (Mental Health Foundation)
亮见发声 (Raised Voices)
苏格兰诗歌博物馆 (Scottish Poetry Library)

39 格拉斯哥 (Glasgow)

凡轮 (Common Wheel)
育艺制作 (Plantation Productions)
活动赋能 (Project Ability)
尼莫剧场 (Theatre Nemo)

40 斯特灵 (Stirling)

艺术共联·中央区 (Artlink Central)
艺术进驻心灵 (Reachout with Arts in Mind) / 阿洛厄

威尔士**41 布里真德 (Bridgend)**

山溪谷社区艺术 (Valley and Vale Community Arts)

42 卡菲利 (Caerphilly)

威尔士内形于外 (Inside Out Cymru) / 格温特

43 卡迪夫 (Cardiff)

4 × 4 (Four in Four)
灵感合唱团 (Inspire Choir)
重生剧场 (Re-Live Theatre)

44 卡马森 (Carmarthenshire)

艺术关怀 (Arts Care/Gofal Celf) / 卡马森

45 康威郡 (Conwy)

威尔士中心 (Venue Cymru) / 兰迪德诺

46 梅瑟蒂德菲尔 (Merthyr Tydfil)

威尔士社区艺术 (Community Music Wales)

47 波厄斯 (Powys)

巅峰--黑山艺术 (PEAK - Art in the Black Mountains)

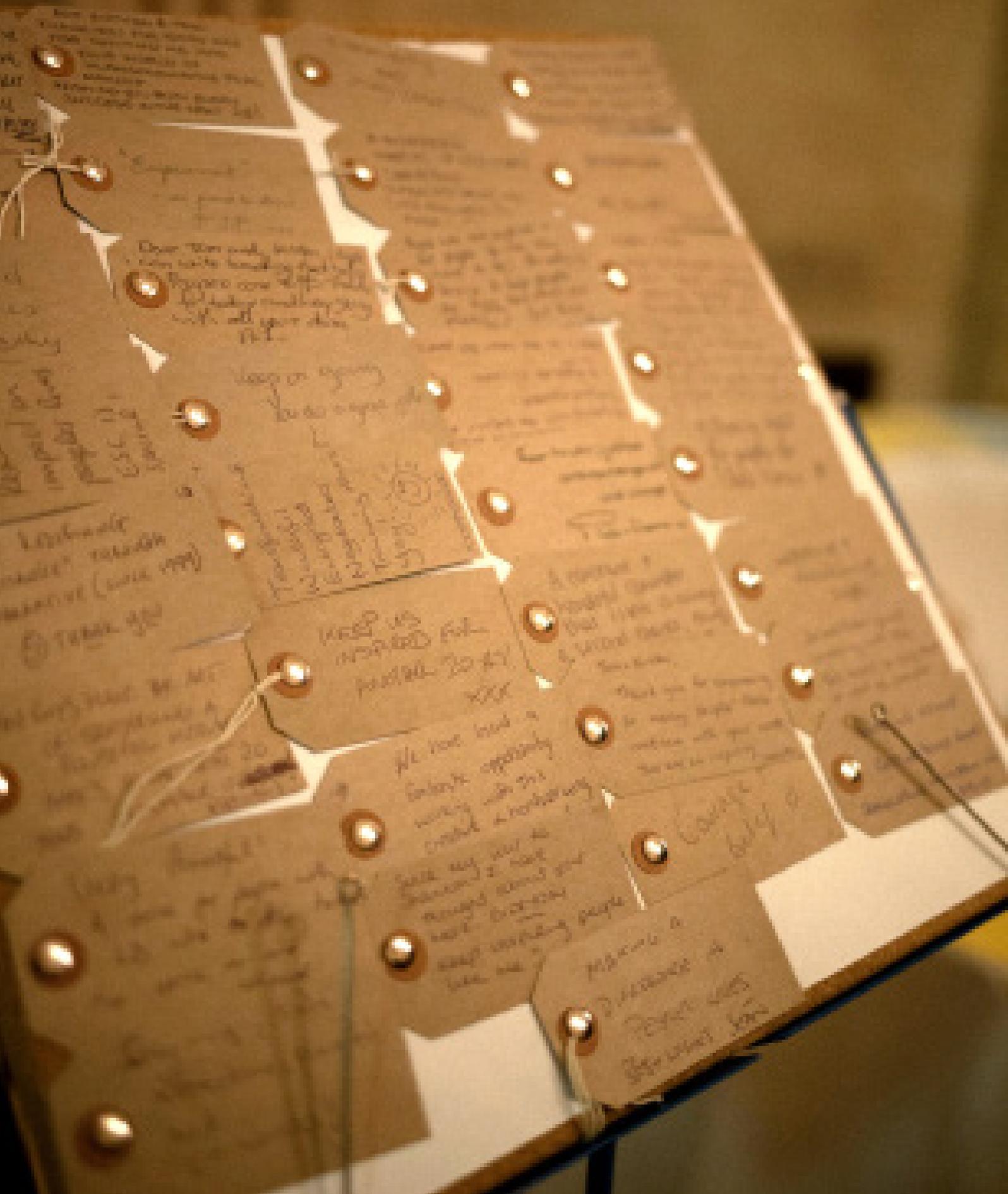
48 雷克瑟姆 (Wrexham)

威尔士东北部新锐舞团 (New Dance North
East Wales)

全国性流动组织或数字平台

6400万艺术家 (64 Million Artists)
前卫威尔士 (Avant Cymru) / 威尔士南部
蓝色鼓动 (Big Blue Drum)
共情博物馆 (Empathy Museum)
走进病室 (Hospital Rooms)
凯斯特勒艺术 (Koestler Arts)
乐不容缓 (Live Music Now)
麦恩德 (Mind) / 分支遍及全国
灵音方案 (Noise Solution) / 英格兰东部
医院绘画 (Paintings in Hospitals)
视角 (Perspective Project)
Place2Be组织
真言剧场 (Real Talk Theatre)
街智歌剧团 (Streetwise Opera)

关于esc影业某活动的反馈。图片经北爱尔兰esc影业同意转载。



巴林基金会

伦敦摩尔盖特区 (Moorgate) 8-10号

邮编EC2R 6DA 020 7767 1348

www.baringfoundation.org.uk

推特账号: @baring_found

2020年2月

ISBN: 978-1-906172-48-0