

Analysis on the Strategies of Landscape Space Construction for Elderly Care from the Perspective of Active Aging

Yu Gao¹ Shiyin Shao²

1. Universiti Sains Malaysia, State of Penang, 11700, Malaysia

2. Haikou University of Economics, Haikou, Hainan, 571127, China

Abstract

In the perspective of active aging, both urban and rural areas should pay more attention to the elderly. Pay attention to the environment for the elderly and create a suitable space for the elderly. However, at present, the construction of some pension Spaces is relatively monotonous, ignoring the diversified needs of the elderly. Through the construction of active aging landscape space, we can create a good environment and living atmosphere for the elderly, meet the needs of the health of the elderly, and promote the development of the pension model. Therefore, in the design work, it is necessary to start from the perspective of the elderly, taking into account their rehabilitation and health care, daily life safety, social entertainment and other different needs, and take appropriate design measures. In the research work of this paper, a brief overview of active aging, as well as its requirements for the landscape space for the aged, put forward several effective measures for the reference of relevant personnel.

Keywords

active aging; landscape space for elderly care; construction strategy

试析积极老龄化视角下养老景观空间营造策略

高宇¹ 邵诗茵²

1. 马来西亚理科大学, 马来西亚·槟城 11700

2. 海口经济学院, 中国·海南海口 571127

摘要

在积极老龄化的视角下,无论是城市还是农村,都要提高对老年人的重视。关注老年人的养老环境,打造合适的养老空间。不过目前来说,一些养老空间的建设相对单调,忽略了老年人多元化的需求。通过开展积极老龄化养老景观空间营造,可以创造良好的养老环境和生活氛围,满足老年人身体健康的需求,促进养老模式的发展。因此,在设计工作中,要从老年人的角度入手,考虑到他们的康复保健、起居安全、社交娱乐等不同的需求,采取适当的设计措施。在本文的研究工作中,简单概述积极老龄化,以及其对养老景观空间的要求,提出几点有效的营造措施,以供相关人员参考。

关键词

积极老龄化; 养老景观空间; 营造策略

1 引言

关注养老模式发展,打造良好的养老空间,是当前养老工作中的重点内容。设计人员需要从老年人的身心特点入手,在积极老龄化理念的影响下开展养老景观空间的营造工作,注重打造多元化的功能,营造空间环境,塑造空间细节,从而为老年人的日常生活起居、娱乐、健康保健和社交等提供支持。改变传统养老模式中的不足之处,打造真正适合老年人、满足老年人需求的养老空间,使老年人更好地享受养老生活。

2 积极老龄化的概述

积极老龄化概念指的是能够让老年人的健康得到保障,同时提高生活质量水平。随着年龄的不断增长,老年人的参与感和幸福感得到最大化,能够时刻保持与社会的联系和交往,自觉主动地参与到各类活动中,有效应对挑战,跟随社会的发展节奏,建立人人有价值 and 能参与的空间^[1]。积极老龄化能够为老年人在身体、心理、社会和社会福利保障等各个方面提供支持,确保其处于良好的状态中。积极老龄化强调了3点——健康、参与和保障。健康指的是要提高老年人的社会生活质量,减少因为年龄所带来的疾病。无论是心理还是生理,都应该保持健康的状态。通过丰富的社交活动使老年人愉悦身心达到良好的精神状态。提供舒适的生活环境,也能保障老年人的身体健康和心理健康。参与指的是老

【作者简介】高宇(1996-),女,中国吉林公主岭人,在读博士,从事建筑景观研究。

年人社会,参与是根据自己的兴趣和能力选择的。参与改变了以往的认知,强调老年人应该积极主动地参与到社会活动中,强调他们的价值。保障指的是要对老年人进行照顾和保护,保障老年人的需求和尊严。

3 积极老龄化对养老景观空间提出的要求

3.1 关注老年人的健康

通过研究积极老龄化,明确对养老景观空间所提出的各项要求,从而优化空间的营造。在健康层面,不仅仅指的是老年人的身体健康,还包含他们的社会交流需求,关注心理健康。随着年龄增长,老年人的身体机能不断的退化。视力减弱,味觉的灵敏度降低,也出现了耳聋耳背的情况。导致老年人对事物整体的敏感度降低,影响到老年人接收的信息量,因此他们对外部景观的需求也不断增加,需要通过景观刺激,获得更多的感官体验。在心理特征方面,老年人的生活圈子不断减小,社交场合固定,生活十分单调,使老年人出现了空虚孤单寂寞的情况。尤其是社会参与感不断的降低,使他们的心理并不平衡。心理方面使老年人对外部环境的需求愈发明显,外部景观要满足健康安静的需求,同时体现对老年人的尊重。积极老龄化的关键是要弱化老龄的问题,打造儿童与老年共享区域,满足全龄化需求,可以减弱老年人对年龄的恐惧和压力^[2]。为老年人提供适当的场地和空间,满足老年人的自我价值表现需求。社会信息需求指的是要实时地分享相关信息,使老年人紧跟社会发展潮流。

3.2 满足老年人的参与需求

参与是积极老龄化的特点,鼓励老年人积极参与到社会工作中实现自我价值,主要包括活动参与和社会参与需求。活动参与指的是进行思维发散、运动健身、互动交流和艺术文化类等不同类型的活动。帮助老年人发散思维,防止脑部机能退化,通过运动健身也能提高老年人的身体素质,获得十分自由的、没有固定时间和范围的区域。互动交流区域可以满足老年人的社会交流需求,艺术文化可以陶冶情操,满足精神需求。社会参与的途径是作为志愿者,参与到各种公益活动中。也可以劳动参与,通过劳动实现自我价值。

3.3 提供一定保障

保障是积极老龄化的第三大核心原则,是最根本的保证,可以确保老年人在生活、权利、尊严等各个方面得到保障,从而促进老年人积极融入社会,参与社会。保障指的是老年人各方面的权利都能受到保护。

4 积极老龄化视角下养老景观空间的营造策略

4.1 注重多元功能的打造

4.1.1 安全性

在养老景观空间的营造工作中,要注重空间中的多元功能。安全是最基本的功能之一。打造更加安全健康的空间,在卧室公共区域等多个空间中加入无障碍设计,为老年人的日常出行、起居生活等提供保障^[3]。例如,在出入口设置无

障碍坡道,在走廊两侧设置扶手,加入十分明显的标识,便于老年人辨认。

4.1.2 康养保健

在打造户外空间时,要注重增加绿地空间面积,营造宜居环境。提高整体的绿化面积,增加绿地空间,从而激发老年人外出活动的积极性,在楼与楼之间可以设置小型景观。结合五感疗法这一方法配置适当的植物,从而激发老年人的各个项感官,并具备一定的疗养功效。主要是刺激人的听觉、视觉、触觉、味觉和嗅觉,享受视觉环境,起到康养保健的效果。通过合理搭配高大乔木和低矮灌木形成错落有致的树阵,可以降低环境噪音,实现听觉疗法。通过种植可食性的植物,吸引老年人驻足品尝;通过种植一些散发气味的植物,如桂花可以激发老年人的嗅觉。种植一些观赏性强的植物,丰富多彩的色彩可以刺激老年人的视觉,抚慰他们的心情。可以种植金鱼草、鼠尾草等特殊植物,形成不同的触摸感受。可以在空间中加入园艺活动区域。该区域中老年人可以自行种植,满足他们的喜好,展现老年人的社会价值,可以提高老年人的社会参与度,也能进行友好的社交活动^[4]。

4.1.3 健身与娱乐

在养老工作中往往会忽略老年人的精神文化需求,积极老龄化中强调了这一内容,要关注老年人的身心特点,尤其是社会需求和心理需求。因此,在景观空间设计中要创造多样化的交往空间,增加健身与社交娱乐功能,促进老年人的社会交往与参与,实现自我价值。

健身功能区的景观设计中要考虑到老年人的行为活动,加入各类健身器材,在一侧的区域设置具有活动空间的绿植区域,景观花园与健身功能相结合,设置休息区与绿植结合,便于老人观赏绿植,加强人景互动。通过各种形式与景观空间建立密切的联系,激发老年人的情感认同。在娱乐景观区域设计时,要打造互动景观,满足老年人各方面的需求。设置不同的景观区域,使老年人参与进来进行活动参与和角色体验,实现有效互动。例如设计道路时,选择曲线型的道路,会具有感染力。拉长整体的路线,增加老年人的观赏时间。合理设计道路,将道路与景观结点相串联,形成网格化的景观。

4.2 优化空间环境的布局

4.2.1 立体景观的布局

在空间环境的营造过程中,要注意营造良好的氛围,可以激发老年人的活动欲望,使老年人积极参与到各项活动中,获得良好的体验,从而实现身心愉悦。因此在空间设计时要考虑到环境的整体布局,营造良好的氛围。考虑到老年人各方面的需求,在设计景观空间时要注重丰富空间布局,强化景观层次。在横向空间打造中设计不同的功能区,包括健身娱乐、休养散步、社会活动等。例如可以使用流线型的线条来划分不同的功能区,打造户外景观用于隔离各个功能

区,根据功能区的特色,设计景观小品,从而增加景观的可观赏性^[5]。在景观小品中加入更多色彩鲜艳的内容,刺激老人的感官。在纵向空间设计中,需要合理搭配植物,实现空间的良好营造。包括乔木、灌木、草本植物、草坪植物和藤本植物。常绿乔木可以选择香樟、柏树等,落叶乔木可以选择银杏、红枫等,常绿灌木选择月季、南天竹、栀子花、石楠等植物,草本植物可以选择君子兰、绿萝。草坪植物可以选择马蹄金和虎耳草。藤本植物可以选择凌霄花和常春藤。实现空间的纵向布局,打造立体的景观小品,合理搭配各类植物,提高整体的观赏性。

4.2.2 室内自然景观的优化设计

自然环境的融入可以便于老年人亲近自然,舒缓老年人的情绪(图1)。在接近自然感知自然的过程中,也是身心放松的一个过程。一般会通过营造室内环境和引入室外环境两种方式。室内环境的营造中,可以打造出专属的绿植区域,或者在一些大厅、休息空间等布置合适的盆栽区域,自然元素与现代设计相结合,不仅能够起到装饰与划分空间的作用,也能营造良好的室内自然环境,形成了健康充满生机的氛围^[6]。



图1 室内空间自然元素的融入

4.2.3 行为空间的合理设计

在行为空间设计中,考虑到老年人对空间的多元化要求,包括安全性、舒适性、合理性、可达性等。合理规划整体的布局,确定各部分的具体功能,并设计合理的运动行进路线。其一,优化休息空间与活动空间的布局。休息空间和活动空间要密切联系,具有一定的可达性,同时要确保通风、开放、安全、照明等的空间需求。其二,步行交通道路设计。要区分好人行道与车行道,确保安全性。在步行交通的道路设计中,选择合适的材料优化整个线路,使其能够通过最短的距离到达各个区域。

4.3 重视空间细节的塑造

4.3.1 光环境

光环境的塑造使整个空间更加符合积极老龄化的需求。优化光环境的设计不仅能够提高整个空间的明度,符合老年

人的视觉感知。同时也能借助自然光这一媒介,加强室内室外的交互,消除老年人孤独焦虑忧郁等一些消极情绪。在进行空间设计时,需要注意光元素这一细节的应用。可以通过增加窗户的数量、设置角度等方法,提高自然光的利用率,使室内照射更多的自然光。老年人多多接触阳光,可以有效预防骨质疏松,增强免疫力。一些不方便外出的老人也能建立与外部空间的联系,使他们身心愉悦。

4.3.2 色彩与材质

色彩与材质的选择也尤为关键,颜色不同影响人的心情,不同材质使得整体的设计呈现出不同的风格特色。因此在养老景观空间设计中,考虑到墙面地面家具等各种颜色的情况。暖色系在较宽的空间中,会使视线范围的空间尺度变小,更加亲切。而使用冷系色彩会放大空间,比较疏远,因此在空间设计中,使用暖色调增加空间的亲和力,使用冷色调增加空间的深度^[7]。在材质的选择方面,不同的材质会影响到人的情绪,安全与实用是首要考虑的要素,其次是美观。可以选择木材石材等具有温度的材料,营造更加温馨的空间环境。

5 结语

综上所述,基于积极老龄化的需求,在养老景观空间设计工作中要考虑到健康参与保障三大原则的具体特征和需求,从而打造景观空间中的各项功能,营造良好的环境氛围,吸引老年人积极参与到社会活动中,并注重细节的营造,为老年人提供更加舒适安全多元的空间。能够改变原有养老现状,更加关注老年人的需求,促进老年人积极主动参与到社会活动中,实现自我价值,获得尊重,满足老年人的心情需求。

参考文献

- [1] 谭远龙.积极老龄化视角下养老景观空间营造研究[J].建筑与装饰,2020(35):18-20.
- [2] 谭远龙.积极老龄化视角下养老景观空间营造研究——以益阳市沅江颐养小区公共空间为例[D].广州:广东工业大学,2020.
- [3] 王雅馨,张乐.养老社区艺术疗愈景观设计研究[J].安徽建筑,2023,30(3):40-42.
- [4] 杜浩源.老龄化背景下养老社区景观设计研究[J].居业,2023(4):88-90.
- [5] 高宇.生态理念在环境艺术设计中的运用[J].艺术科技,2018,31(9):197.
- [6] 吴少娟.人口老龄化背景下的养老社区室外景观设计[J].美与时代·城市,2022(1):46-48.
- [7] 周虹旭.人口老龄化背景下养老社区景观设计研究[J].美与时代,2023(32):39-41.