

基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计

何 袁, 唐 文*

华中师范大学美术学院, 湖北 武汉

收稿日期: 2025年3月20日; 录用日期: 2025年4月17日; 发布日期: 2025年4月28日

摘 要

目的: 为解决老龄化社会社区环境现存的问题, 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计用以满足现今老年群体的日常生活需求。方法: 文章从武汉长寿社区、船厂社区等案例景观现状出发, 梳理艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计的脉络, 基于老年群体的活动需求与行为模式分析总结了艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计的原则, 从道路设计, 植物配置, 水景设计, 公共设施四个方面来对适老化景观要素进行表达, 并从依据老年生理需求, 遵循植物季节相规律、构建弹性可变景观、挖掘提炼文脉特征进行了设计策略的总结。结论: 以期为后续艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计提供借鉴与参考。

关键词

艺术疗愈, 社区景观, 适老化, 设计研究

Age-Appropriate Design of Community Landscape from the Perspective of Art Healing

Yuan He, Wen Tang*

College of Fine Arts, Central China Normal University, Wuhan Hubei

Received: Mar. 20th, 2025; accepted: Apr. 17th, 2025; published: Apr. 28th, 2025

Abstract

Objective: In order to solve the existing problems in the community environment of the aging society, the age-appropriate design of community landscape based on the perspective of art healing is designed to meet the daily life needs of the elderly. **Method:** Starting from the case study of Wuhan

*通讯作者。

文章引用: 何袁, 唐文. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计[J]. 老龄化研究, 2025, 12(4): 370-378.
DOI: 10.12677/ar.2025.124051

Changshou community and shipyard community landscape, article sorted out the context of age-appropriate design of community landscape from the perspective of art healing, analyzed and summarized the principles of age-appropriate design of community landscape from the perspective of art healing based on the activity needs and behavior patterns of elderly groups, and summarized the design strategies from four aspects: road design, plant configuration, waterscape design and public facilities. Conclusion: In order to provide reference for the aging design of community landscape from the perspective of subsequent art healing.

Keywords

Art Healing, Community Landscape, Aging, Design Research

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

2024 年, 国务院在《关于发展银发经济增进老年人福祉意见》中进一步明确了社区适老化改造的必要性, 强调全面优化老年人的生活场景, 提升社区养老的安全性、便利性和舒适性。然而, 随着我国老龄化进程加快, 老年人的心理健康问题愈发严重。据世界卫生组织数据, 全球约 14% 的 60 岁以上老年人患有抑郁症或焦虑症。面对这一现状, 将艺术疗愈理念融入社区景观适老化设计, 系统化提升老年人的心理健康和生活质量显得尤为紧迫和必要。在社区空间设计中, 聚焦老年群体视角, 尊重老年群体主体地位, 依据老年群体的活动需求与行为模式分析, 保障老年群体休息、锻炼、闲暇和娱乐的权利, 创建艺术疗愈视角下的社区空间适老化设计, 有利于为老年群体提供安全感、价值感、幸福感。

2. 艺术疗愈理论与社区景观适老化相关概述

2.1. 艺术疗愈理论概述

艺术疗愈是一种通过艺术创作过程来改善个体生理、心理和情感状态的疗法。它为人们创造了一个安全、无压力的景观, 让其能够自由表达, 释放情感。艺术疗愈涵盖多种艺术形式, 如绘画、音乐、戏剧等, 这些形式能够有效地调节情绪, 减轻压力[1]。起初, 艺术疗愈主要应用于医疗领域, 通过营造的环境氛围, 对精神疾病患者产生积极的心理影响, 并促进其自我认知。然而, 随着老年群体生活压力不断增加, 艺术疗愈的适用范围已显著扩大, 这一转变使艺术疗愈从专业的治疗手段转变为大众化的情绪释放途径, 其应用场景也从医疗场所扩展至景观等更为多元化的环境。

2.2. 社区景观适老化概述

社区景观作为居民日常活动的载体, 不仅具有审美和愉悦的功能, 更深刻影响着居民的心理状态和行为活动。随着我国老年人口数量与比重的不断增加, 相应的社区景观适老需求也在逐年增加, 社区景观适老化是坚持以“老年人行为需求为本”, 充分考虑老年人的生理以及心理的需求, 利用社区种植、公共设施、水景设计等创造更为符合其需求的社区景观环境。

2.3. 艺术疗愈理论介入社区景观适老化设计可行性

随着社会的快速发展和老龄化趋势的加剧, 社区作为老年人日常生活的重要场所, 其景观设计对于

满足老年人的生理和心理需求具有至关重要的作用。通过将艺术疗愈的理念融入社区景观的设计中,能满足老年人对生理和心理的双重需求。艺术疗愈理论的核心在于通过艺术创造改善参与者的生理、心理健康状态,其理念与社区景观适老设计的目标高度契合[2]。社区景观适老化设计旨在针对老年人的生理和心理特点,通过改善居住区的环境设计,提高老年人的生活质量和幸福感。艺术疗愈理论的介入有效为社区景观注入更多疗愈与适老特色,从而有助于提升用户的心理健康水平。其中如绘画、音乐等创作形式在促进老年人身体锻炼和康复上已具备了一定的可行性。国内外相关文献与案例实践表明,社区景观与艺术疗愈的融合可有效使得社区景观环境更为适老化。

3. 现有社区景观问题案例分析

通过对武汉长寿社区、船厂社区等调研发现,社区存在道路系统混乱、功能分区混乱、设施老化、景观单调等问题,对老年居民生活品质造成负面影响(见图 1)。道路系统混乱。社区在建设初期,原始车位设计难以满足日益增长的私家车需求,导致道路宽度有限、交通状况复杂。人车混杂的现象随处可见,这种环境对老年居民,特别是依赖轮椅出行的群体,构成了极大的安全隐患。

功能分区混乱。社区缺乏有效物业管理,导致环境状况堪忧。停车无序、违章搭建频繁,使得社区景观变得零碎,功能区域杂乱无章,极大地限制了老年人的户外活动。

设施老化缺乏。社区内的景观设施严重不足,桌椅稀少,休憩区域稀缺,而凉亭、长廊等场所又常被占用,设施陈旧破损现象普遍。老年健身器材、助力扶手以及道路标识系统更是匮乏。无障碍设计的缺失,更是对轮椅老人的出行和活动构成了极大障碍。

景观单调且缺乏维护。当前社区草坪覆盖率低、植物单一,缺乏交互性景观,社区景观设计缺乏场所精神与文化内涵。从而使老年群体精神文化生活匮乏,可能导致老年人呆坐等行为,影响心理健康。



Figure 1. Analysis of the current situation of Changshou Community, Shipyard Community, Wuhan

图 1. 武汉长寿社区、船厂社区现状分析

4. 老年群体活动需求与行为模式分析

4.1. 老年群体活动需求分析

随着年龄的增长,老年群体的身体机能逐渐衰退,骨骼和脊柱的退化,增加行动的不便。由于免疫力的减弱和反应能力的下降,老年人更容易遭遇意外;在面临空巢、身体机能下降等问题时,容易产生

孤独、抑郁等心理[3]。同时, 由于患病风险增加, 老年人对户外活动持恐惧和排斥态度。因此, 社区景观设计中应充分考虑老年人的生理和心理需求, 营造积极的文化氛围和精神场所, 鼓励老年人参与户外活动, 有助于提升老年人的生活质量。

4.2. 老年群体行为模式分析

老年人群的行为模式展现出明显特性, 行为的聚集性、地点的固定性以及时间的规律性。在社交行为上, 老年人表现出强烈的习惯性, 更偏爱熟悉且能带来情感依赖的社交场所, 这种习惯与交往模式正是老年人情感需求的体现。在活动时间的选择上, 老年群体有着清晰的时段偏好, 清晨作为活动的高峰时段以散步、遛狗等轻松的户外活动为主。因此, 在构建适老性景观时, 应充分考虑老年人的社交和健康需求, 为老年用户提供社交活动的场所, 以及适合健身的设施。

5. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计原则

5.1. 社区种植疗愈化原则

在疗愈景观的规划中, 生态理念居于核心地位, 着重利用自然元素如植物来构建景观。社区的植物种植需结合本地条件, 植物的选择上关注其对压力缓解的潜在效果, 通过绿色与彩色植物的组合, 增加绿植的观赏性, 创造出层次丰富的视觉效果[4]。同时, 引入外来和芳香植物, 比如香樟、栀子花等, 提供更为舒适和具有疗愈效果的嗅觉体验, 进一步优化老年群体的生理与心理。此外, 融合植物、水景、假山等, 赋予社区景观更多的层次感, 以此丰富视觉、听觉、触觉的感受, 达成情绪舒缓与全面疗养之效。

5.2. 社区设施适老化原则

在对社区设施适老化优化的进程中, 需将老年群体需求与设计实践进行深度融合, 充分适应并满足社区中介護老人、自理老人以及介助老人实际生活状况与多样化日常需求。基于深入分析三类老年人的景观活动特征, 进行科学合理的景观规划, 旨在丰富场地功能并提高其使用效率, 从而全面响应老年群体的多元需求[5]。在构建贴近老年人生活界面的服务设施时, 需充分考虑其因身体机能自然衰退所导致的记忆力与视力下降等状况。在社区设施适老化设计中应注重操作的简便性与目标的明确性, 并融入辅助功能以便更好地服务于老年人, 特别是介護老人和介助老人, 确保其也能便捷地使用设施。此外, 在社区设施的建设还需注重信息的准确性与设备的专注性, 以降低使用中的安全隐患与心理压力。

5.3. 社区可达易识别原则

针对视觉及环境感知受限的老年群体设计社区景观时, 将可识别性原则与环境中道路功能指标的可达性原则相结合, 打造特色景观与设施, 辅助老年人辨认方位, 增强其环境辨识能力。由于老年人常面临记忆力减退、环境信息接收能力下降等问题, 老年群体需要一个信息呈现简洁、识别度高的景观环境[6]。社区出入口设有明显标识, 公共景观标识设施采用高饱和度颜色与适宜字体, 以助力老年人迅速辨识景观功能。同时, 社区布局应考虑老年人行动不便的特点, 通过景观再划分, 创造多层次、友好便利的步行系统, 满足老年人多样化活动需求, 促进其身心健康。

5.4. 社区安全舒适性原则

随着老年群体身体机能退化, 在社区设计中, 为了确保道路其连续性和无障碍通行, 避免设计蜿蜒曲折和狭窄的路线, 采用防滑材料, 并增设扶手以增强安全性, 社区的无障碍设计至关重要, 此外, 景观植物的选择必须符合当地生态环境[7]。同时, 健身设施的舒适度和季节气候的变化也要考虑, 通过科学布局, 利用建筑遮挡、植物调节, 构建适宜的微气候环境。夏季, 应选址于建筑南侧背风处, 结合植物

遮阳降温；冬季则确保避风保暖与良好采光。活动性场地规划需综合考量季节变化，确保全年皆适宜老年人活动，提升其生活质量。

6. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化景观要素表达

6.1. 道路设计——符合老人生理特点促进身心健康

针对老年人群出行与休闲需求，社区需要优化交通景观与步行环境。通过规划停车区域，从而提升公共区域的安全性及便捷性。构建社区的慢行场景，分为人行通道和健身步道，以满足居民日常休闲与锻炼的需求[8]。同时，无障碍设计也至关重要，改善道路布局、增设辅助设施和加强交通标识的易识别性，例如：从通道宽度、扶手设置到地面材料和照明规划等，充分考虑了老年群体的生理和心理需求，确保老年人群等能够安全、顺畅地出行。

6.2. 植物配置——利用自然元素营造疗愈环境氛围

植物配置设计应考虑人、绿地、植物的参与，即能与老年人发生互动的景观，植物配置可以通过色彩、气味和季节变化等多元素，刺激老年群体的视觉和嗅觉，增强人与植物的交互体验，以此促进疗愈性，搭配薰衣草、茉莉花等安神的植物，有利于缓解疲劳[9]。另一方面设置花艺操作台，完成除草除虫、浇水、施肥等园艺操作，通过植物的园艺疗法、芳香疗法、五感疗法等鼓励老人积极亲近自然，结合人体工程学，设置不同尺寸的种植池满足自理老人和介助老人的需求，促进老人身心愉悦，满足老人的康养疗愈需求(见表 1)。

Table 1. Application of art therapy in the landscape elements of community elderly-friendly environments

表 1. 艺术疗愈在社区适老化景观要素中的应用

疗愈法名称	内容	设计手法
园艺疗法	利用植物栽培与园艺操作活动，挖掘自然的疗愈力量，缓解参与者负面情绪、舒展身心，实现情感疗愈。	设置花艺操作台，完成除草除虫、浇水、施肥等园艺操作。
芳香疗法	运用芳香植提炼出来的精油，以获得身心整合性的疗效。	将不同种类的芳香植物进行组合搭配，以创造多样化的香气效果和视觉效果。
五感疗法	通过刺激人体的五大感官(视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉)来达到身心疗愈效果。	丰富的植物形态、色彩，选择具有降噪功能的植物、种植可食用的果蔬植物等。

6.3. 水景设计——丰富社区景观变化强化适老能力

加强老年人群互动性的景观，而水景具有更强的生动性，能够有效激发老年人与自然环境的交流。设计多样化水景，如池塘、喷泉等增强视觉吸引力与动态感。水生植物与季节性花卉的运用，赋予水景四季变换的特质。水景与社区景观规划相融合，形成开合有序的景观结构。同时，水景必须兼顾安全性，减少水边不规则的石块堆叠，以防止因地形不平而引发的摔倒风险。此外，借由灌木等植物的巧妙布局，为部分水域边界构建自然屏障，进而提升安全性。这种设计理念不仅为社区带来了丰富多彩的景观体验，更为老年人营造了一个安全、宜人的互动景观，构建人与水景和谐共处。

6.4. 公共设施——契合老人生活需求提供便利服务

对公共设施的需求分析可将老年人分为自理、介助、介护三种。处于自理期的老年人，环境适应能力较强，社区应构建多元互动的休闲设施；处于半机能退化的老年人，日常生活依赖扶手、拐杖、轮椅

等无障碍设施帮助的老年人, 社区公共设施应侧重于康复性需求, 可以将户外康复器械与具有治愈功能的植物进行融合; 处于重度失能的老年人, 日常生活依赖他人护理的老年人等, 社区公共区域设置完善可持续的 24 h 监控系统和及时紧急救援服务[10]。公共设施旨在提高老年人的生活质量, 确保其在社区中的安全性, 在公共区域人员密集的地方可以设置健康驿站。对介助和介护老人的生活支持服务, 如助餐助行服务, 有相应的机构提供长者饭堂助餐送餐服务, 为空巢独居老人增强生活辅助支持的及可性, 有配备养老服务产品的租赁和使用, 如拐杖、轮椅和助行器等。

7. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计策略

7.1. 规划设计理念

以社区景观适老化为主题, 高质量的社区发展为目标, 结合上述四大原则及其设计策略, 辅助社区景观营造适老性景观、疗愈性景观、多样性景观、地域性景观。融入道路设计、植物配置、水景设计、公共设施要素表达, 以“艺术疗愈视角下的社区景观适老化”理念切入, 注重安全性、自然性、趣味性设计, 旨在鼓励老年群体走出室内, 参与室外活动, 打造一个自发的、娱乐需求的适老型社区(见图 2、图 3)。

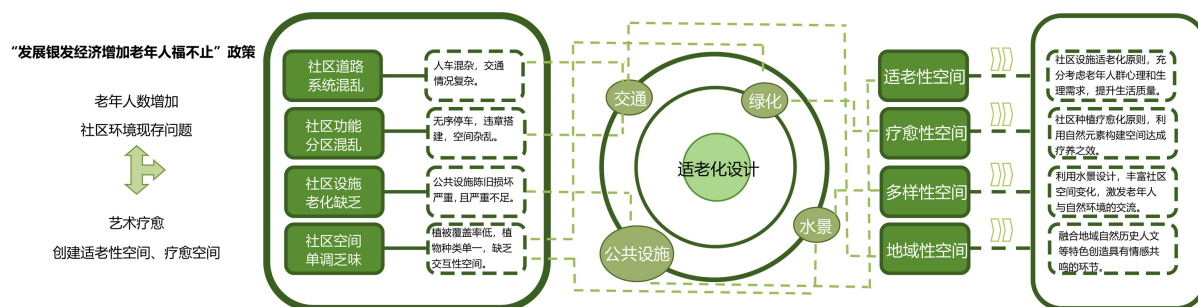


Figure 2. Design concept of age-friendly community landscape from the perspective of art therapy

图 2. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计理念



Figure 3. Design strategies for making community landscapes age-friendly from the perspective of art therapy

图 3. 基于艺术疗愈视角下的社区景观适老化设计策略

7.2. 依据老年生理需求, 创建适老性景观

创建适老性景观时, 需要充分考虑老年人的生理、心理需求, 以确保景观既安全又舒适, 基于介护

老人、自理老人以及介助老人的景观活动特征，构建无障碍步道系统贯穿社区景观，步道设计融入人性化细节，如引导砖与盲文标识，增强可访问性。可以兼具康复功能，采用鹅卵石铺设，实现足底按摩与感觉系统训练。老年人对于光线明暗变化的适应力下降，依据不同功能区域及老人视觉特性制定差异化照明标准，满足视觉安全需求。此外，在社区内构建了智能养老照护系统，通过密布的紧急呼叫系统，确保了无人看护区域的即时响应能力。强化老年人在公共景观的安全保障(见图 4)。



Figure 4. Landscape design for elderly-friendly environments
图 4. 适老化景观设计

7.3. 遵循植物季相规律，营造疗愈性景观

季相景观以其动态性为核心，通过景观与色彩的周期性更迭，创造出丰富多变的艺术效果。植物随季节转换，从春花烂漫至夏荫浓郁，秋果累累至冬枝傲立，展现自然之美。景观布局则巧妙利用绿植围合，夏日形成私密纳凉之所，冬日则转变为开阔公共景观，促进社交互动与景观远眺，体现了景观功能的灵活转换。同时，绿植形态的变化亦影响景观氛围，从枝叶繁茂的柔和到枝干裸露的刚劲，营造出不同季节特有的情感色彩，季相景观通过植物色彩搭配，展现四季更迭的时空变换[11]。多彩植物与光影互动，强化景观时空性，提升艺术表现，展现自然生态之美(见图 5)。



Figure 5. Therapeutic landscape design
图 5. 疗愈性景观设计

7.4. 构建弹性可变景观, 形成多样性景观

社区设计应贯彻“以人为本”原则, 构建人文关怀的社区景观。在特定的景观中, 增强个体与个体、个体与环境之间的互动性, 将水景、山石、花卉等自然元素与景观装置巧妙融合, 设计中融合艺术与环境, 遵循“场地 + 情感 + 材料”模式, 营造出独特的意趣景观, 强化了景观的户外公共性与情感体验深度, 景观装置不仅连接公众与环境, 更促进了情感交流与精神体验的独特性。同时, 老年人群心理感受尤为关键, 结合代际互动景观, 老年人在见证儿童成长中获得乐趣, 弥补情感空缺, 增强生活积极性, 实现身心和谐与全面疗愈(见图 6)。



Figure 6. Design of diverse landscapes
图 6. 多样性景观设计

7.5. 挖掘提炼文脉特征, 延续地域性景观

吴良镛先生曾说:“当前世界文化有一种特征, 一方面是文化的‘趋同现象’, 另一方面是个性的觉醒和对特殊性的需求和追求, 两者是相互联系的。”社区景观设计, 关键在于挖掘并融合地域自然、历史、文化等特色, 创造具有情感共鸣的独特环境。设计应基于场地条件, 尊重并保护历史文脉, 运用设计手法再现地域精神与文化记忆, 促进居住者与环境的情感互动。同时, 融入民俗活动与文化艺术创作, 不仅能够激发老年群体的正面情绪, 促进情感交流与记忆连续性, 还能增强本土文化认同感, 缓解老年群体的失落感, 提升归属感(见图 7)。



Figure 7. Design of regional landscapes
图 7. 地域性景观设计

8. 结语

我国社会人口老龄化压力进一步加大,社区公共设施难以满足老年人在社区空间养老上的物质与精神需求。基于对武汉长寿社区、船厂社区等调研发现,结合《关于发展银发经济增进老年人福祉意见》进一步明确社区适老化改造的政策性支持,将社区空间适老化与艺术疗愈等相结合,通过对老年群体生理需求、心理需求分析,综合阐述了艺术疗愈视角下的社区公共设施特点及设计原则,对上述特点架构了艺术疗愈视角下的社区空间适老化设计体系,并着重从适老性景观、疗愈性景观、多样性景观、地域性景观等分别阐述了艺术疗愈视角下的社区空间适老化的应用策略,在社区养老时代背景下为老年群体在社区健康养老提供一定的借鉴。

参考文献

- [1] 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.
- [2] 王芳龙. 老龄化社会背景下社区适老化康养景观设计策略研究——评《康复景观疗愈花园设计》[J]. 现代城市研究, 2022(12): 135.
- [3] 张咏梅. 基于老年人行为心理的康复景观规划设计研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京交通大学, 2021.
- [4] 戴昊男, 李元媛. 景观种植在疗愈式社区空间设计中的应用研究[J]. 工业设计, 2025(2): 60-63.
- [5] 高岳. 社区养老模式下西安市住区公共景观适老化改造设计研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西安建筑科技大学, 2018.
- [6] 陈麓名. 首都功能核心区老旧小区公共空间适宜性提升设计研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北方工业大学, 2024.
- [7] 刘敬东, 金莲洁. 养老社区的适老化设计研究[J]. 工业设计, 2022(6): 82-84.
- [8] 魏红叶. 适老化设计视角下居住小区室外环境设计策略研究——以北京市西城区丰汇园小区为例[J]. 艺术教育, 2022(3): 240-243.
- [9] 马岚烨. 基于康养理念下的泾河新城五感花园景观设计[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西安建筑科技大学, 2024.
- [10] 林璐. 微观需求视域下的智慧康养系统设计研究[D]: [博士学位论文]. 杭州: 中国美术学院, 2022.
- [11] 梁君兰, 赵中建. 社区公共空间环境疗愈性评价与优化研究——以杭州市主城区为例[J]. 南方建筑, 2024(9): 84-95.