

老吾老以及人之老，做以人为本的住宅空间设计

--以建筑设计专业设计类课程为例

建筑工程学院 居住建筑与小区规划 聂毅

一、案例教学目标

本案例教学重在加强学生适老化思维，引导学生关注社会发展，增强设计中的人文关怀，掌握适老化居住空间设计要点。通过本课程学生应达到以下目标：

1. 了解适老化居住空间设计的基本构成要素以及设计要点；
2. 理解适老化居住空间设计的基本设计方法和主要设计程序；
3. 掌握适老化居住空间设计中有关基础设计规范，培养学生空间艺术的形象构思与设计表达能力，作出相对完整的、能解决实际问题的设计方案。

思政目标：掌握老年人生活的形态与适老化住宅空间设计的要点与尺寸，通过关注老龄群体树立良好的建筑设计师职业道德标准，提升学生在设计中的共情能力。培养团队合作、挖掘问题、讨论问题、解决问题的职场能力。

二、案例主要内容

1. 适老化设计思维的培养

在教学过程中通过理论讲授强调适老化设计的重要性。通过理论教学环节，使学生了解老龄化社会的发展、老年人体工程学、适老化居住空间设计基础、设计要点，使学生掌握适老化居住空间的类型、家具设计、装饰材料、照明设计以及设计色彩，掌握老年住宅需求以及设计要点和设计方法，充实学生的相关理论知识。

在教学过程中通过列举实际案例引导学生关注老龄化社会。课程设计中多次设置课堂讨论环节，由学生作为甲方结合自己长辈的居住空间对适老化居住空间提出痛点进行讨论，使学生感同身受的体会老年人的生活习惯、生活需求以及空间使用特点，极大地吸引学生的兴趣，进一步增强学生学习的主动性。

在教学过程中通过实地调研进一步强化学生的实践能力。引导学生带着问题痛点进行实地调研，尤其针对老旧社区，对适老化设施、多代共居等现状进行针对性调研。引导学生关注老年人的行为特征、心理特征，让学生全方位感受到适老化居住空间设计的必要性和重要性，培养学生适老化设计思维、人文情怀以及综合能力。

2. 教学内容设计

通过“实践为主，理论相辅”的教学思路，在《居住空间设计课程》课时的安排中实践教学占大部分课时，形成理论知识辅助实践设计的教学内容模式。设置强调主张学生发挥学习主动性的教学设计，强调培养学生解决实际问题的实践能力和创新能力的教学目标，强调因材施教以及与学生的特点相结合的教学手段，注重激发学生对学习的好奇心。对于外出实践调研汇报主要培养学生在调研过程中发现问题、提出问题的能力以及方案设计过程中的创意思维能力、解决问题能力、表达手段等。

在教学内容的设计中分析并重点抓好教学内容、教学设计、教学活动、教学评价等教学关键环节，将校内课堂与校外课堂紧密结合，将理论知识与课程外出调研相结合，将理论授课——老旧社区适老化居住空间调研——课堂汇报讨论——点评——方案改造设计——课程考核等教学环节串联，形成一套完整的课程设计。



图 1：传统的居住建筑空间设计，注重空间之间的平面组合、面积指标及流线组织，重视各房间的采光通风等因素，但忽视了对空间中人的关注，未针对各种使用人群对空间的特殊需求。如本案例中，优点是空间方正，各房间之间联系合理。但并未考虑老年人的生理特点，洗浴空间等出入口狭小，细节上也没有设置各类无障碍措施等。

3. 适老化住宅设计要点分析

(1) 适老化住宅空间规划要点

在对住宅空间进行适老化布局设计时,设计人员应确保各个功能分区的空间面积合理,能够满足老年人的实际需求。例如,在对一室一厅、面积约为 60 m² 的独居老人住宅进行设计时,设计人员应提高空间的利用率,并根据老年人特点来控制空间面积,起居室面积可以控制在 20 m²-22 m²,次要空间卧室的面积可以控制在 16 m²-18 m²,同时应将起居室或者卧室设置在朝南方向,以满足老年人晒太阳的需要。

(2) 适老化住宅门厅设计要点

在设计门厅时,设计人员应确保该空间光线充足,具有较好的向阳性,同时要充分考虑老年人的行动安全要求。在采光方面,门厅应加强对自然光的充分利用,且应尽量选择低柜家具布置在门厅,以防止家具遮挡视线,影响光线的通透性,在选择门厅地面材质时,应采用具有较好防水防滑性能且耐污的材质,且其表面应相对平整、便于清理,以保证老年人的行动安全。在玄关处,设计人员应根据老年人不便弯腰换鞋的特点,设置鞋凳及扶手,以满足老年人坐下换鞋和支撑起立的需要。此外,设计人员可以考虑设置对进机及应急呼叫器等装置,保证老年人的安全。

(3) 适老化住宅客厅设计要点

客厅的设计应尽量保持空间宽敞,且要减少隔新和隔墙的使用,为老年人使用轮椅或其他助力设备提供便利。在客厅家具的选择方面,设计人员应根据老年人的具体人体工程学特点采用木质家具,应选择易于清洁且柔软的棉麻等织物作为沙发等家具的表面装饰配件。茶几应选择圆角处理且较为轻便的类型,高度应与沙发高度相适应,以减少老年人大幅度俯身。同时,由于老年人的主要活动集中在客厅,因此应设计落地窗等来增加采光度,并为老年人晒太阳及观赏户外风景提供便利条件。

(4) 适老化住宅卧室设计要点

在适老化住宅的设计中,卧室是一个重点环节。卧室应保证通风顺畅,充分利用自然通风来对室内环境的温度及空气清新度进行调节。对卧室的地板应进行防滑处理,卧床及在卧室布设家具时应充分考虑老年人的行为特点,家具应使用便捷且易于摆放,如衣柜可以选择推拉门类型,以便老人在根据自身需求对家具摆放位置进行变动时,可以不受拉门开向或开度的影响。

(五) 适老化住宅卫生间设计要点

适老化住宅设计的另一重点是卫生间。设计人员应对卫生间进行合理的干湿分区设计,且移门应尽量选择内嵌式,保证老人即使使用轮椅也能顺利通过。卫生间内应采用防滑砖,在淋浴和坐便器位置处均设置扶手以便于老人起身或保持身体平衡。此外,设计人员在选择淋浴门时,应充分考虑老人的身体状况特点,尽量采用 PVC 材质的房门,其为半透明材质,有利于外部人员及时了解老人的状态。设计淋浴区的排水系统时,设计人员要注意淋浴区入口不能设置台阶,应选择塑料格栅作为排水孔,这样既能及时排水,也能防止干湿分区有高度差。

目前,整个社会都在关注老龄化日益严峻的发展,许多与养老相关的产业正如火如荼的发展着,在以往已建成的居住空间中未充分考虑老龄化的需求,与老年人关系最为紧密的设计领域不尽如人意,基于此现状,高职院校的建筑设计专业应立足于老龄化背景下加强适老化设计的教学研究,培养适应社会发展的应用型人才。

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，适老化设计离我们并不遥远，设计用心一点点，老人们的生活会便利更多。

2. 案例教学方法

（1）多元化教学方法，提升学习内动力

课堂教学坚持“三学”理念，设计了多种形式的教学活动，吸引学生参与课堂教学环节，有助于很好实现“老吾老以及人之老”的课程思政育人目标。

多元化教学：讲（课堂讲授）、查（学生查阅资料）、做（社会实践、调研、课件、微视频等）、演（学生演讲、报告等）。

参与和体验：采用了案例式、启发式、情景模拟式、分组式等多种教学方法，组织和引导学生积极参与到课堂中来，引起学生情感共鸣。情景式教学，通过让学生扮演老人的生活模式，更好的引导学生理解老年人的实际需求，做更适合老年人的空间设计；分组学习，可以培养学生的集体观念和协作意识；通过实际的案例分析，可以增强学生的理解力；讨论式教学培养学生的自觉性和主动性，从而有效激励学生学习内动力的产生。

协同教学：邀请有非常丰富的企业工作经验的余煜昕老师协同教学，以及与同时进行的《公共建筑设计》课程的幼儿园设计模块展开协同教学，真正做到建筑设计“以人为本”的设计原则。

（2）充分利用现代信息技术，实现师生多维度有效沟通

借助信息化的教学技术增强课堂教学的德育效果，推动课程思政同新媒体新技术的高度融合，增强时代感和吸引力。通过超星学习通平台，支持学生观看视频、微课、优秀案例图片进行课前导学课后研学；再利用微信班级群，进行师生互动讨论等。

3. 考核评价方案

在教学评价上强调全面化、多元化、多样化。评价方式包括课程考勤、平时作业、期末作业，评价内容包括设计的创新性、可行性、主题型、审美性、规范性、汇报演讲的技巧性等方面，努力使评分能够反映出学生的整体设计能力。对于优秀的课程作业可以组织参加设计竞赛项目，通过竞赛结果验证作品的设计水平。

4. 教学反思

在教学过程中，教师往往只重视培养学生的技能水平和输送企业所需专业人才，忽视了学生思想品德的培养，没有真正地将职业道德与课程内容相结合。仍然需要提高教师自身对课程思政的认识，转变思想在教学中将各个环节渗入思政元素，让学生在学习理论和技能的同时，提升学生的职业道德能力与素养的培养，丰富设计专业学生的视野，为他们的职业发展奠定坚实的基础。

本次案例教学由于时间较短，更多的成果体现在案例讨论和理论灌输上面，没有形成非常优秀的课

设作业，也没有对地方适老化建筑设计提供有用的参考价值；后续课程可以考虑带领学生或者组织学生去实地考察和参与一些相关的优秀项目案例，争取形成优秀的课设作业成果。



图3 优秀学生适老化居住空间设计作业（图片来源于网络）