文圖／陳彥睿、陳榮五

# 園藝治療庭園之製作與概念

## 一、前言：

有報告顯示動膽囊切除病人住在窗外有庭園景觀病房者，住院時間較短。乳癌切除手術後每週到花園散步 3 次，每次 20 分鐘的婦女康復得早，且少有憂鬱症。荷蘭人將家庭園藝視為舒緩壓力的活動，將之稱為園藝的親土效益(geo-sense)。人們的內心也存有親生命理論(biophilia hypothesis)。一個成功的療養花園，能夠減低人們的壓力，甚至產生激勵感。本文即為針對園藝治療庭園，以造園的角度配合園藝治療的主題，作一簡要概述，供作醫療界、社福機構甚至一般機關學校建造園藝治療庭園之參考。

## 二、庭園之製作與概念

(一)選擇地點：這是最大的限制因子，包括所有權、使用權，可以使用多久，要依選擇的地點，才能進行下列之步驟。

(二)考慮環境：包括自然環境，座向(東、南向好陽性植物，西北向為好陰性植物)、方位、水平、給水、排水、光照度、光照時間、溫度、濕度，旁側有無建築物，有無大樹遮蔭或有荒地或雜草。並要提供適合植物生育的土壤與肥料。

(三)考慮人文環境：環境係人來人往的公衆區域或人較少的自家庭院，或是屋頂花園或是醫院或學校、養老院均要考慮到住民。不祇是視覺漂亮就好，要能感動居民，建造一個讓居民有感覺的環境。

(四)決定主題：園藝治療庭園的主要目的為何？以教育、休閒、觀光、休憩、有無主題，要告訴人家是什麼故事，要給予何種感受？

(五)規劃大小：依人力、物力、財力決定庭園大小及使用的材質、樹種等。土壤的物理、化學、生物性均要兼顧，土壤量要多一些以利植物生育，不要忘了多施點有機肥。

(六)考慮後續經營與管理：過於繁雜的庭園不易管理，要慎重考慮大喬木的樹種。

## 三、植物材料

(一)種植一年生草花(例如：波斯菊、百日草、萬壽菊、向日葵)須要常更換，但可以表現出非常壯麗熱鬧的景觀。且要注意季節變換，有適合夏天的草花(松葉牡丹、日日春、彩葉草)，或是冬季用草花。

(二)種植花木類(例如：仙丹花、繁星花、玫瑰等)管理較為簡便長久，且全年不需再種，缺點是有季節性，有些季節較沒有觀賞價值或是樹體較大，小面積庭園不適合。

(三)球根花卉：國內的美人蕉、迷你劍蘭、蔥蘭、韭蘭都較好管理，國外引入的鬱金香，風信子不易越夏。

(四)宿根花卉：優點為不必常常更換，缺點為因季節變化而有美麗或較沒有觀賞價值的時候。

(五)觀葉植物：適合放在日照較少區域像是屋旁、樹下或是室內陰涼之處。

(六)仙人掌及多肉植物：適合在乾燥環境不能太潮濕，管理非常簡單，澆水頻率、施肥次數及病蟲害管理都非常簡便，但有刺要注意安全。

(七)蔓性植物：可以依環境日照、通風情況種植好陽性或好陰性的植物，可以塑造

立體的視覺感受，用的好的話可以非常壯觀。

## 四、例子：園藝治療庭園主題芸芸衆生庭園

在下圖中你可以見到一個隨意栽植各種不同種類的小庭園，我把它命名 "芸芸衆生庭園"，以造園視覺角度來看，它不及格，但是它告訴我們 3 個主題：

(一)種植多種類不同的植物看來似乎有點凌亂，但在亂中有序，自成一格，人世間不也是如此嗎？

(二)在庭園旁的空心磚另外再栽種一些植物，獨立於大庭園外，由於供水不便，土壤也較少因此生育較不佳，似乎告訴我們這個世界雖有不美好的地方，但仍有其可愛之處，送你這句話-「心再堅強也不要獨自飛翔，祇要微笑、祇要原諒，有你愛的地方就是天堂」。(摘自沙漠中的讚美詩歌-我們愛讓世界不一樣)

(三)想想看，如果在學校設立一座芸芸衆生庭園，如果 2 個學生打架了，互看不順眼，把他們帶來芸芸衆生庭園思過，是否可能更具教育意義。如果在精神病院設立一座芸芸衆生庭園，是否更能啓發一些不願與人交往的 "獨行俠"，給予他一些不一樣的聲音呢？在機構或公司設立一座芸芸衆生庭園是否更能調和緊張的人際關係呢？

## 五、活動照片



芸芸衆生庭園標示牌，讓人欣賞庭園也有另一種想法



利用兩層空心磚作為庭園隔材，可以做在空心磚上聊天



獨立生存於空心磚內的植物給水較耗工，植物生育不佳



空心磚內填泥炭土在用鋼筋插入泥炭土內固定，以免空心磚移動