認識園藝治療－園藝治療之介紹與實例

陳彥睿、謝雪琴、施福來、李麗玉

園藝治療的定義

美國園藝治療協會 AHTA1997

Horticultural Therapy is a process which uses plants, horticultural activities, and the natural world to promote awareness and well-being by improving the body , mind and spirit. HT is universal, adaptable and validated by research.

園藝治療是一種利用植物、園藝活動、和大自然的環境來促進個體身、心與精神上的功能，以提昇認知與健康的過程。園藝治療是全球性的，可適應性的，並且可進行科學上的研究探討。

加拿大園藝治療協會 CHTA1994

Horticulture Therapy is a process using plant and horticultural activities to improve social, educational, psychological and physical adjustment of persons, thus improving their body, mind and spirits.

園藝治療是利用植物和園藝活動來促進個人在社交、教育、心理與身體上，與人相處的適應能力，因此而獲得身、心與精神處的適應能力，因此而獲得身、心與精神上各面得到改進與提昇的一個過程 。

園藝治療的形態

(1) Therapeutic Therapy 恢復性治療
(2) 老年人、肢體創傷、腦部受傷者
(3) Vocational Therapy 職業性治療
(4) 智能不足族群，需疵護族群、肢體殘人士
(5) Social Therapy 社交性治療
(6) 精神病患、自閉、過動兒童

園藝治療的助益

Cognitive 認知上的

(1) Problem solving 解決問題
(2) Follow verbal directions 遵照口頭指示
(3) Follow demonstrated direction 遵照示範的方向
(4) Able to focus on task 可以集中在工作上
(5) Follow safety precautions 遵照安全預防措施
(6) Adhere to time schedule 遵照時間表
(7) Be able to overcome problems 能克服問題
(8) Attention 注意力
(9) Writing skills 寫的能力
(10) judgment 判斷
(11) Orientation 方向感
(12) Planning 計劃力

(13) Independent decision making skills 獨立決定事情的能力

(14) Follow visual cues 依照提示

(15) Able to remember task sequence 可以認得工作次序

(16) Under basic horticulture concepts 有基本的園藝概念

(17) Aware of seasons, weather, whereabouts 對季節、氣候、地方的察覺力

(18) Concentration 專心

(19) Communication 溝通

(20) Short term and long term memory 短和長的記憶力

(21) Reading skills 讀的能力

(22) Perception 理解力

(23) Vocabulary 字彙

PHYSICAL身體上的

(1) Hand eye coordination 手眼協調

(2) Gross motor skills 粗獷的活動力

(3) Speech 演說

(4) Vision 眼力

(5) Fine motor dexterity 靈巧細緻的活動

(6) Able to control physical problems 可以控制身體上的問題

(7) Hearing 聽力

(8) Endurance 耐久力

EMOTIONAL 情緒／心情上的

(1) Willing to try new activities 嚐試新事物

(2) Confidence 信心

(3) Able to control emotional status 能控制情緒

(4) Anxiety 焦慮

(5) Restlessness 心神不定

(6) Mood swings 心情飄浮

(7) Self centeredness 自我中心

(8) Seeks assistance when appropriate 適切尋求幫助

(9) Perseveres on difficult tasks 堅持不懈於困難的工作

(10) Fatigue 疲勞

(11) Low self esteem 低自尊心

(12) Agitation 激動

Social 社交上的

(1) Skills with peers 與同儕相處

(2) Cooperative skills 合作力

(3) Sharing 分享成果

(4) Communicating effectively 有效溝通力

(5) Awareness of others needs and feelings 體會別人的需要和感覺

(6) Cope with losses, failures and fear 克服失去、失敗和害怕的感受

(7) Working together 一起工作

(8) Participating in community 參與社群活動

精神／創造上

(1) Leisure skills 悠閒的能力

(2) Color 色彩感

(3) Design of garden 花園設計

(4) Exercising choice 運動選擇

(5) Functional or ornamental 盡功能或裝飾環境

園藝治療前人研究

定義

園藝復健活動是一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動，具有減緩壓力、促進身心正向發展的價值，並可廣泛實施於學校、復健機構、精神病院、療養院、監獄及公共場所等（謝，1980）。園藝復健乃是一種經由接觸植物、藉由庭園的活動、以及接近自然的心所產生的感覺，來得到治療與復育。其原理和其他治療一樣，例如運動、音樂、或是遊憩治療等，也都具有轉移作用。

方式

園藝復健乃是一個利用植物、園藝活動以及自然環境來促進人們身心健康與福祉的過程，它可為人們帶來智識、社會、情感及生理等效益，可廣泛應用於精神患者、行為問題者、殘障者及老年人等的治療。

因此如果訓練智障者或精神病患或有心理障礙者，從事園藝植物管理上一些簡單重覆的步驟，不僅可以得到收成而且可以從中了解到維持生命的韻律。透過園藝活動幫助精神病患與智障者等被治療者，建立自信心和成就感，並能培養其耐性與對生命的欣賞。

理論背景

其實園藝復健運用的原理理論是依據超負荷(overload) 與喚起(arousal)理外來的刺激，此時藉助植物環境與景觀可以有效減輕壓力（Relf,1998)。

除了創造社會大眾身心靈的安和平靜外，園藝治療更進一步能達到協助病患重獲健康的療效。藉由園藝治療過程讓參與者在從事園藝工作的過程中，體會到生命的意義，學會保持鎮定、控制情緒、使心靈得到滿足，並幫他們發展人際關係的能力，重新適應社會，以協助參與者瞭解自己和周圍世界的一種治療方式，其最終目的就是促進人們生理與心理的健康（梁，1996b)。

動機

現今許多已開發國家的生活步調緊湊，壓力遂成為引發現代人疾病的主因，園藝活動是一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動。

園藝復健在先進國家早已行之有年，但在國內仍屬於剛開發之階段，而其療效已有許多成功例子可勘證明園藝治療是一門值得國內努力開發的領域。

現況

美國園藝治療協會（American Horticulture Therapy Association, AHTA)宣稱園藝治療並非新興的專業，而是一個歷經時代印證的實務科學（AHTA，2005）。其實園藝治療運用的原理理論是依據超負（荷）(Overload)與喚起(arousal)外來的刺激，此時藉助植物環境與景觀可以有效減輕壓力（Relf，1998）。反觀國內，園藝治療觀念引入台灣已有一段時間，但是療養機構、專業組織與學術單位尚未建構完善的機制。

基於園藝活動對於人類身心與體能提升的益處與療效，在國內園藝復健療程亦逐漸受到重視與運用。桃園縣立療養、南投草屯療養院、高雄大寮凱旋醫院復健中心、博愛兒童發展中心、陽明教養院、以及靜萱療養院與基督教門諾會花蓮黎明教養院等。

特性

這種園藝成果，因為可實際看到、觸摸到、聞到、甚至可以吃得到，而且實際存在於某時某地，有其明顯地存在性。園藝治療在操作後又有實際收獲物時，有其顯著的成就性。在操作的過程中，被治療者會有適當的勞動與流汗，因此園藝治療有其明顯地生理健康性。從幼苗培育至成熟需一段時間，也能培養被治療者對生命的期待性，以上這些都是園藝治療之特性。

效益

智識效益：主要是獲得新的技術與知識、增進詞彙與溝通技巧、喚起好奇心、增進觀察力、職能和職前訓練、激刺知覺感官（ Schleienet al.,1991;Williams and Mattson,1988;Airhartetal.,1987; Relf, 1973)，並獲得學習的機會 (Parsons and Relf,1989)。透過園藝治療，當事人往往在增進園藝技能後，進而從事園藝工作，終生受益（黃,1993b）。透過園藝活動的人，協助殘障者培養一個新型而有趣的嗜好，藉此促進社交互動。

社交效益：一個成功的療程應該包括：治療師與當事人、當事人與當事人、以及當事人與非當事人三種交互作用(Relf,1981)。這些交互作用主要是以社交與合作為合作為目的，藉由分享園藝的經驗，提供有意義的互動（梁，1996b; Douttetal., 1989)。由於團體組員間有共同的目標，藉由彼此尊重、互相配合及分擔責任，與他人分享個人園藝成果，藉此獲得團體外互動的效益(Dobbs and Relf, 1991; Bunn, 1986; Relf, 1973）。此外，誘發參與者對下週會發生什麼事、或明年他們將種植 什麼產生疑問，這對於他們培養健康、積極的精神亦相當重要（黃,1993b)。

情感效益：Mattson (1988) 認為園藝活動是在一個沒有威脅與歧視的植理世界中，得到寧靜的滿足感，減輕人們心理的壓力與恐懼感。當病患發現自己能夠獨立作業並且擁有自己的庭園時，會對庭園產生認同與歸屬感，進而增進自我尊重的情感(Relf,1973)。在信心增強的同時，不僅可以減緩好鬥本能，調整成社會可接受的行為模式，並且會激發對未來生活的興趣和熱情，滿足創造的本能（ Relf, 1973)。除此之外，尚能幫助病患到自我意象(self-image)，持續發展工作的能力（ Airhartet al., 1987;黃 1993b)。

生理效益：園藝活動除了心理層次的效益之外，藉由搬運植物、播種、施肥、澆水等工作，可幫助傷患或殘障者的協調和運動神經獲得有效控制（ 黃,1993 b ; Relf,1973)對老年人而言，園藝活動可經由休憩而達到促進身心健康的效果，因此有越來越多的退休年長者喜歡從事園藝活動，許多老人看護中心、家護中心等機構普遍應用園藝治療（ Houseman , 1986)。相關研究證實園藝治療 能夠改善年長者的關節炎病(Gallagher and Mattson, 1986)，有利於血壓與飲食控制(Lewis and Mattson, 1988)。

實施方式

園藝治療是透過植物或有關植物的活動促進心理、精神之提昇，同時可藉以鍛鍊身體的一種治療方式，其效益包含：智識、社會、情感及生理發展等效益。因此，園藝復健能夠廣泛的應用在醫院和機構、職業訓練設施療養院、中途之家、學校、農場以及社區花園等，而且園藝治療療程在看護中心、家扶中心、學校、監獄、養老院中已被證實有很大的效益。此外，由於園藝活動易接近的特質，除了精神患者、行為問題者、殘障者及老年人外，亦可廣為運用於社會大眾。

台中區農業改良場場長陳榮五博士在參加多次國際園藝學會後，認為本項工作至為重要，頗具研究開發與研究之價值，因此在96年提列園藝治療計畫正式實施。

台中區農業改良場從事花卉及觀賞植物已有多年之經驗，且對轄區有關之教養院亦有協助之經驗，（94年起與內政部啟智教養院合作），因此，應用本場既有之園藝知識開發研究適合之園藝治療植材及相關基本知識，編印簡易圖說推廣手冊，協助培訓教師實際操作，幫助實際在第一線的社會工作者，以開發拓展國內園藝復健領域。

歷史

美國在園藝治療上的發展甚早，在1817年時賓州費城的Friends醫院，即運用庭院設計的技巧在醫院的庭園中，他自利用安靜、遮蔭的森林步道，以及開闊的草地，來製造出寧靜的自然環境，這也是早期景觀治療的先驅。

到1876年，Friends醫院蓋了一座溫室，將園藝活動一起導入治療的行列中。

園藝治療發展過程

如果再回歸到歷史，在古埃及的時代就已經知道利用景觀治療於精神病患上，只是事隔多年一直沒有被真正的研究利用。

到18世紀末，才有將園藝治療用於精神病患上，但都是在歐美先進國家如美國、英國、西班牙。在19世紀末時，美國也將園藝治療運用在小孩和殘障者的身上，大約在1950～1960年間，也運用此種方式在老人身上。

由於醫院的園藝設備和人力資源的不足，美國到了1973年才在Kansas州立大學的園藝系開始有專門的訓練課程，並和醫院合作做為臨床試驗，並提供學位成為園藝治療師。之後幾所大學也陸續跟進，包括Virginia Polytechnic州立大學、Texas A&M大學、Rhode Island大學，都有授予學士、碩士、甚至博士學位。另外如Massachusetts大學、Temple大學以及一些社區大學也都提供學位以外的專門訓練課程。

園藝治療發展過程

美國各州的植物園，例如伊利諾州芝加哥著名的植物園Chicago Botanic Garden也都有和園藝治療有關的設施和定期活動產生。若想成為一個園藝治療師，則必須修習的園藝相關課程。許多民間團體也陸續加入推動園藝治療的行列，例如美國園藝治療協會目前也成為重要推動園藝治療的機構。

Taylor(1990)研究發現，45分鐘的一般庭園工作和做30分鐘的有氧舞蹈所消耗的熱量是一樣的；剪

草一個小時和打網球一個小時一樣大約消耗500大卡；戶外有植被的辦公室，員工在生理上也都較為健康。而植物對群體而言，也提供休憩和彼此之間聯絡感情的場所，提供一個較為正面的功效。

美國維吉尼亞州的一座療養院運用園藝活動來治療智障兒和自閉症患者，他們在夏天種菜，冬天種香菇的學習過程中，使患者更加有信心和活潑（Airhart and Tristan, 1987)。在選擇園藝作物上利用一些容易栽植的一年生草花，較可看出種植結果，在西德也有許多類似的案例，他們發現在馬鈴薯田挖掘馬鈴薯是一項最可被智障者接受的一項技藝。

對象是人，園藝是工具或手段，治療是方法。園藝治療→人→身體、心理、心靈。

園藝治療師的人格特質

1. 熱情 enthusiasm　2. 分享 sharing　3. 享受 enjoying　4. 關懷 Concerned

園藝治療的真諦

園藝治療最大的力量來自於“自然”由大自然自已來說話。

園藝治療的材料

1. 花　2. 水果　3. 蔬菜　4. 加工品　5. 技術（繁殖、裝飾）　6. 香草　7. 工藝　8. 香草包

園藝治療師的修養

1. 專業的知識　2. 人文的關懷　3. 高貴的人格特質　4. 幽默風趣或生動活潑的授課

園藝治療的評估

評估對象→人（EEG，評估量表）

評估對象→活動

由上帝來評估？

園藝治療庭園及一般公園差別何在

1. 對象更多的關懷及方便（輪椅）
2. 更多的實作（practice,doing)
3. 更多的刺激（色彩、五官）

園藝治療－感官

視覺 sight、聽覺 hearing、觸覺 touching 、味覺 tasting、嗅覺 smelling

園藝治療與其他領域的結合

1. 芳香療法　2. 音樂療法　3. 藥草療法　4. 宗教　5. 按摩　6. 香草

園藝治療植物的選擇原則

1. 易栽易活　2. 色彩鮮艷　3. 無毒性　4. 繁殖方便取材容易　5. 時間不能太久才有成果
6. 容易開花或結果　7. 有一定的欣賞期　8.後續管理簡單

可由植物來敘述故事例如種子綠森林－播種

種子生命的起始與結束，生命的掙扎、生命的定位、紮根的深度，可依不同的群體作不同的設計（殘障、智障、精神障礙）

海波塗法盆缽製作教案

一、所需工具

1. 模型　2. 塑膠帶／塑膠膜　3. 墊板　4. 量器　5. 棍子（搓洞用）　6. 攪拌器具
7. 水桶　8. 口罩　9. 手套　10. 工作檯　11. 半成品放置區

二、材料

1. 水泥　2. 蛭石　3. 泥炭土　4. 沙子　5. 容器（攪拌用）



1. 將水泥、蛭石、泥炭土、砂以 2：2：2：1的比例混合，攪拌後，加水混合攪拌



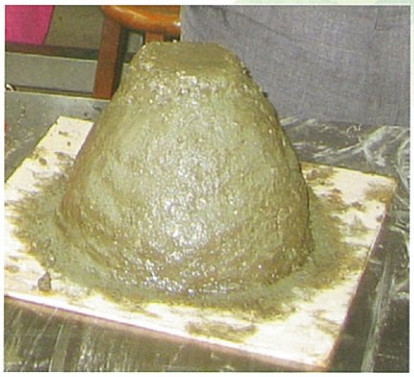
2. 攪拌至可搓成團，水分幾乎要滲出即可



3. 將模型用塑膠布包起來，亦可將塑膠布套於模型外面



4. 將圖2拌好之材料壓鑄在模型上並將表面以手壓平，塑型



5. 成品完成後置放陰涼處，使其陰乾（注意：不可放在陽光下，或高溫處易造成龜裂失敗



6. 二日後，將模型拆下，去除塑膠袋，修除多餘銳角



7. 成品養護可直接將較小的作品放入水中養護（因混凝土之強度在28天方可達標準之抗壓強度）



8. 較大作品盛水在陰涼處保溼、養護



9. 取出作品置陰涼處陰乾



10. 盆缽之外側，以白水泥調水（可加色料）予以塗滿盆缽表面孔隙，以利彩繪，陰乾即成素缽



11. 請同學取自已作品拍照，以提升其成就感



12.作品放置陰乾處陰乾



13.再次乾燥後，即可種入植栽

進行園藝治療活動海波塗法研究成果

歷經8次活動後院生在技能程度方面由平均2.1分增加到2.9分，也就是由需要老師大部份協助指導完成進步到僅需老師少部份協助就能完成。

在耐心程度方面由2.2分進步到3分，也就是由需不斷提醒與叮嚀始能完成作品，進步到祇需少部份的提醒，大部份均可專注完成作品。

在成就感方面增加最明顯，由2.0分增加到3.5分，也就是從獨自欣賞自己的作品，進步到情緒上會愉悅地欣賞自己的作品，並且會與他人討論作品及成果。

在參與感的程度由2.9分進步到3.5分。也就是由雖具有參與意願，但顯不出積極的意向，進步到有積極的行為表現。總體表現（總分20分）由平均9.2分進步到12.9分。

園藝治療－快樂學園藝校園綠美化活動對國小6年級學童之影響

進行過程

日　　期：96 年 5 月 3 日及 96 年 6 月 13 日
上 課 次：共二次
活動名稱：校園綠美化活動
計畫執行：由台中區農業改良場—陳彥睿
　　彰化縣員林鎮青山國小六年仁班導師—李啟冠
講　　師：由台中區農業改良場—陳彥睿擔任
指　　導：由李啟冠老師擔任
學　　生：青山國小六年仁班共34位學生

材料

木本花卉：楊梅
球根花卉：孤挺花
水生植物：埃及紙莎草、慈菇、水生鳶尾、百子蓮、九品蓮
植物購買來源：田尾鄉鳳凰花園
地　　點：彰化縣員林鎮青山國小（員林鎮漳州街2號）
工　　具：具：鋤頭、圓鍬、穴植鏝、水桶、水管

活動過程

一、活動程序

1.導師帶領學生分配小組及工作分派。
2.將植物材料帶至種植地點，並選定栽種位置。
3.講師自我介紹並講解下列課程
(1) 認識台中區農業改良場　(2) 認識植物與動物的差異　(3) 認識植物栽種之基本5大需求
(4) 認識植物種類　(5) 認識什麼是球根花卉類　(6) 認識什麼花木類
(7) 認識什麼水生植物
4.學生分組操作
5.問卷調查（問卷調查表如附件一）

二、活動進行

1.首先栽植花木類—楊梅，於校園中庭花園選擇4處適合地點各種植1棵楊梅，3位學生1組，栽植穴須比根團大約10cm^3。30cm×30cm×30cm。將雜草拔除乾淨。

2.以手拍打盆器旁側以方便取出植栽，將植物放正後，先將部份鬆土放入栽植穴底部，植物放正，主幹直立，將其餘泥土堆入植穴中，壓實泥土，澆水灌溉直至泥土全濕為止。

3.球根花卉栽種方式同花木類，水生植物由兩位穿著青蛙裝。

4.詢問學生意見或問題，學生發問並尋求協助。

5.學生間彼此交談發表看法。

園藝資訊

一、球根(Bulbs and Tubers)

(1)鱗莖Bulbs　(2)球莖(Corms)　(3)塊莖(Tubers)　(4)塊根(Tuberous root)

(5)地下莖(Rhizomes)

二、花木(Ornamental trees and Shrubs)

(1)灌木類　(2)喬木類

三、水生植物(Water Plants)

表一：快樂學園藝－校園綠美化活動進行前測試值

認知	1.了解種植植物之基本5大需求 2.明瞭植物種類的不同 3.認識植物的名稱 4.知道什麼是水生植物 5.知道什麼是花木類 6.知道什麼是球根花卉類
技巧	1.會翻鋤泥土 2.會整除雜草 3.會挖出栽植穴 4.會了解使用有機肥 5.栽種後知道要壓實植株 6.栽種後知道要澆水
溝通技巧	1.會發問相關問題 2.害怕或害羞表現 3.會要求幫忙 4.會表達自己的意見
社交	1.會和其他同學言語溝通 2.會和老師溝通 3.會和授課人員溝通
期待	1.感受強烈興趣 2.有期待心 3.感受無聊 4.無法專心 5.流汗頗辛苦 6.摸泥土感覺有點髒 7.覺得有成就感
啟發	1.作此活動讓你聯想到以前種樹的人 2.農夫們的辛勞 3.我有貢獻在校園的綠美化 4.在校園中看到自己種的花木會覺得開心

結果與討論

本項活動對 6 年級學童之園藝種植認知程度均有提昇，尤其在種植植物之基本 5 大需求增

加最多，1.61 分增加至 4.34 分（滿分 5 分），平均認知程度增加 2.73 分，其他在認知植物和種類及名稱也有明顯地進步。

在種植技巧上，翻鋤泥土、挖出栽植穴，使用有機肥、澆水等等基本技能均有增加之趨勢。

溝通技巧上藉著本次活動增加溝通的機會及技巧，也藉此次社交增加和同學及老師的溝通。

經由本次活動也增加了學童對園藝的興趣並有期待心及成就感，負面情緒如無聊、覺得流汗、摸泥土覺得髒也相對降低。

本活動也啟發學童對農夫們辛勞的了解，並有感受前人種樹的辛勞及對校園綠美化有貢獻感，進而增加學童對畢業後的母校藉由種植花卉產生更大的聯繫感。

課程範例

表3-1.實驗一園藝活動課程主題與類型

Table 3-1.The programmed subjects and categories of horticultural activities in the first study

週　次	主　題	課程類型
第一週 3/01 (二)	簡介課程內容、介紹成員及認知功能前測	暖身活動
3/04 (五)	認識環境、問卷填寫	暖身活動
第二週 3/08 (二)	培育豆芽菜、美味生菜沙拉	製作簡易蔬菜
3/11 (五)	園圃規劃與整理	操作活動
第三週 3/15 (二)	川七（野菜）珠芽種植	認識野菜
3/18 (五)	馬纓丹扦插種植	園圃美化
第四週 3/22 (二)	薰衣草、薄荷移植	認識香草植物
3/25 (五)	落地生根移植	園圃美化
第五週 3/29 (二)	蔬菜（絲瓜與瓠瓜）穴盤育苗	認識葫蘆科植物
4/01 (五)	蔬菜（南瓜與冬瓜）穴盤育苗	認識葫蘆科植物
第六週 4/08 (五)	投影片介紹－戶外園景	自然景觀欣賞之美
第七週 4/12 (二)	園圃操作－蔬菜（絲瓜與瓠瓜）移植田間	栽種活動
4/15 (五)	園圃操作－蔬菜（南瓜與冬瓜）移植田間	栽種活動
第八週 4/19 (二)	扦插甘薯蔓、空心菜種植	認識旋花科植物
4/22 (五)	紅鳳菜扦插、九層塔種植	栽種活動
第九週 4/26 (二)	園圃操作－田間施肥除草、	田間活動
4/29 (五)	園圃操作－田間整畦、防蟲害	田間活動
第十週 5/03 (二)	鶴頂蘭移植	園圃美化
5/06 (五)	採收及炒食川七（野菜）、油蔥酥麵線	操作活動
第十一週 5/10 (二)	孤挺花移植	園圃美化
5/13 (五)	採收及九層塔炒蛋與	認識唇形科植物
第十二週 5/17 (二)	園圃操作－田間施肥、除草、防蟲害	田間活動
5/20 (五)	採收及炒食番薯葉、空心菜	操作活動
第十三週 5/24 (二)	茉莉花扦插繁殖	園圃美化
5/27 (五)	採收及油炸南瓜花、烹煮薑絲冬瓜湯	操作活動

週　次	主　題	課程類型
第十四週 5/31 (二)	馬齒牡丹種植	園圃美化
6/03 (五)	採收及烹調絲瓜麵線	操作活動
第十五週 6/07 (二)	影片欣賞：苦瓜營養	介紹團體分享
6/10 (五)	採收及烹調瓠仔麵	操作活動
第十六週 6/14 (二)	品嚐花草茶、問卷填寫	認識香草植物
6/17 (五)	園藝活動分享、認知功能後測	總結及回顧

表3-2.實驗一園藝活動課程進行程序

Table 3-2. Procedures of horticultural activities sessions in first study

週二 2:00 - 2:10 pm (週五 09:30 - 09:40 am)	點名及warm up
週二 2:10 - 2:40 pm (週五 09:40 - 10:00 am)	講解當天主題、示範及成員提問
週二 2:40 - 2:50 pm (週五 10:00 - 10:20 am)	實際操作
週二 2:50 - 3:00 pm (週五 10:20 - 10:30 am)	休息
週二 3:00 - 3:20 pm (週五 10:30 - 10:50 am)	實際操作
週二 3:20 - 3:30 pm (週五 10:50 - 11:00 am)	成員心得分享及收拾用具





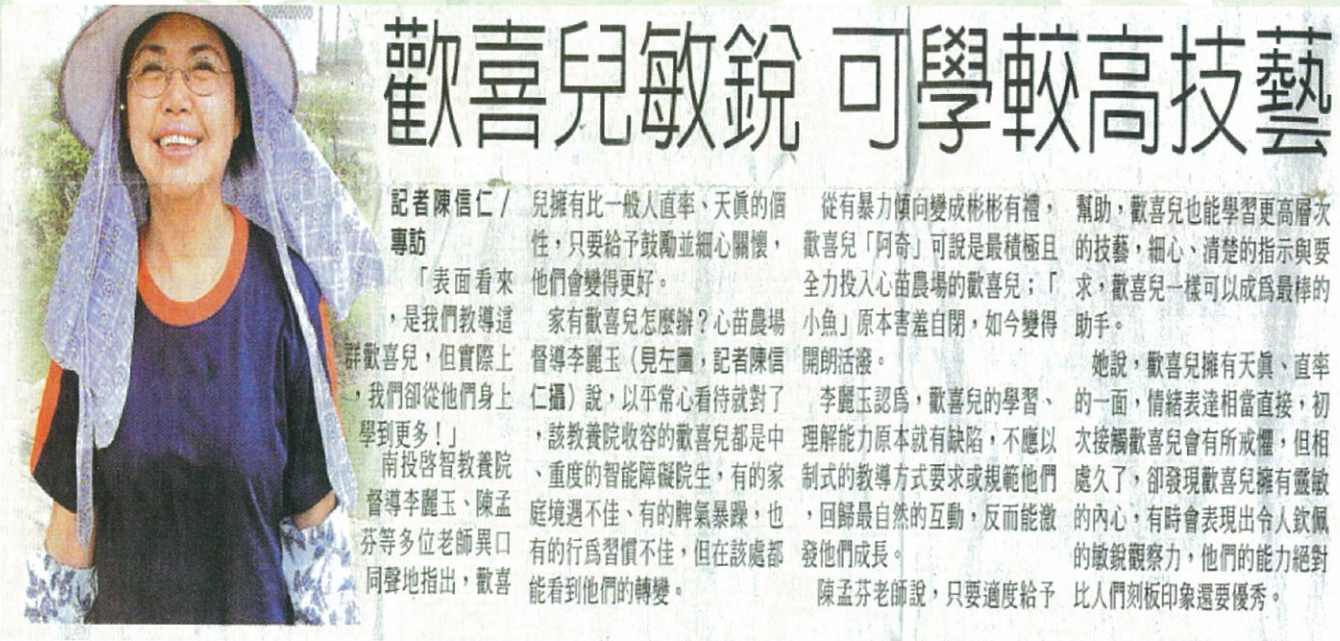
自由時報96年5月19日歡喜耕心田教養院花香甜



啟智教養院生在園藝治療中獲得喜悅與肯定



自由時報 96 年 10 月 2 日歡喜兒蒔花植草農改場專家奉獻



歡喜兒敏銳 可學較高技藝

記者陳信仁／專訪

「表面看來，是我們教導這群歡喜兒，但實際上，我們卻從他們身上學到更多！」

南投啓智教養院督導李麗玉、陳孟芬等多位老師異口同聲地指出，歡喜兒擁有比一般人直率、天真的個性，只要給予鼓勵並細心關懷，他們會變得更好。

家有歡喜兒怎麼辦？心苗農場督導李麗玉（見左圖，記者陳信仁攝）說，以平常心看待就對了，該教養院收容的歡喜兒都是中、重度的智能障礙院生，有的家庭境遇不佳、有的脾氣暴躁，也有的行爲習慣不佳，但在該處都能看到他們的轉變。

從有暴力傾向變成彬彬有禮，歡喜兒「阿奇」可說是最積極且全力投入心苗農場的歡喜兒；「小魚」原本害羞自閉，如今變得開朗活潑。

李麗玉認爲，歡喜兒的學習、理解能力原本就有缺陷，不應以制式的教導方式要求或規範他們，回歸最自然的互動，反而能激發他們成長。

陳孟芬老師說，只要適度給予幫助，歡喜兒也能學習更高層次的技藝，細心、清楚的指示與要求，歡喜兒一樣可以成爲最棒的助手。

她說，歡喜兒擁有天真、直率的一面，情緒表達相當直接，初次接觸歡喜兒會有所戒懼，但相處久了，卻發現歡喜兒擁有靈敏的內心，有時會表現出令人欽佩的敏銳觀察力，他們的能力絕對比人們刻板印象還要優秀。

自由時報 96 年 5 月 19 日

結論

有人以為園藝治療是家裡的花花草草生病了，就採用園藝治療的方式讓花花草草恢復健康，其實不是的啦！園藝治療是以大自然的力量與人的內在生理與心理相呼應，寄情在園藝活動中，藉此來治療“人”的身體與心理。

園藝治療活動為一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動，具有減緩壓力、促進身心正向發展的價值，並可廣泛實施在學校、復健機構、精神病院、療養院、監獄及公共場所等。園藝治療乃是一種經由接觸植物、藉由庭園的活動、以及接近自然的心所產生的感覺，來得到治療與復育。

台中場從事花卉及觀賞植物研究已有多年經驗，且對轄區有關教養院亦有協助合作之關係，因此，應用該場既有園藝技能，開發研究適合園藝治療植材及相關基本知識，協助培訓教師實際操作，幫助在第一線的社會工作者，開發拓展國內園藝治療領域。

本年已配合內政部南投啟智教養院辦理了一系列的園藝治療活動，在園藝治療活動過程中啟智教養院的院生在認知方面、在操作技能上，耐心程度均有明顯的進步，並會欣賞自己的作品並與人交談提昇社交能力。在情緒方面常有愉悅與穩定的感覺，學習態度也較趨向積極正面，幾乎每位院生均有很強烈的參予感。這就是在園藝治療方面長期顯現出來的成果。

現今許多已開發國家的生活步調湊，壓力遂成為引發現代人疾病的主因，園藝活動業經證明是一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動。其療效已有許多成功例子可勘證明園藝治療是一門值得國內努力開發的領域。