淺談美國園藝治療現況

文圖/楊宏瑛、吳建銘、許嘉錦

因應國人紓壓需求與休閒農業發展瓶頸，期待導入園藝治療元素，帶動休閒產業創新發展，特考察美國醫療機構運用園藝治療之輔助復健現況，了解美國教育機構導入園藝治療導正青少年學習動機，實地觀察植物園兼負園藝治療師培訓、復健及消費者紓壓與休閒教育場域。

美國康復中心、復健醫院或長照中心與大學合作，佈建園藝治療場域，設計園藝治療活動紓緩肌肉的張力、改善關節僵硬及動作遲緩等生理問題；又對自閉症、發育型認知和情緒障礙青少年，藉園藝治療的活動，引導患者發現生命的潛力、繽紛與脆弱，透過參與增加成就感，漸漸改變認知，強化社交技巧；植物園經美國園藝治療協會 (America Horticultural Therapy Association, AHTA) 認證作為園藝治療實習場域。園藝治療場域設計包括戶外與室內，戶外花團錦簇乍見視覺饗宴、怒放玫瑰帶來嗅覺激盪、淺嚐薄荷喚醒味覺記憶、輕觸水泉洗滌觸覺感知、傾聽鳥叫體驗聽覺禮讚，強化心理刺激或訓練專注力，改善認知能力、重塑創造力；無障礙花園設計考量人體工學與休憩便利性；充分利用戶外小空間，如屋頂、陽台，以植栽或圍籬隔絕馬路喧囂，藉蜿蜒的路徑增加園區幅員與隔離性，方便園藝療育課程施行；室內選擇耐陰性植物，並以大片玻璃借景戶外的綠意；場域的維護，應借助志工人力。美國園藝治療之研究持續與大學等機構積極合作，導入最新問卷量表、生理檢測或個案評估法；應用則在醫療機構、植物園、社區、休閒農場實施，依據病患需求設計客製化復健課程與評估，評估恢復身體健康、建立自信心、促進心理健康、強化認知能力、提升社交能力等，身心靈整體改善。供國內發展園藝治療參考。



▲Minnesota Landscape Arboretum花園小徑兩側花木扶疏，每種植物皆有標示



▲Abbott Northwestern Hospital的室外園藝治療花園空間相當迷你，但透過園藝治療師引導，其療癒的效益相當明顯



▲Melrose Eating Disorder Center室內活動與社交空間均設計大片落地窗，借景室外綠意，以營造舒適環境



▲Chicago Botanic Garden比埃勒無障礙花園的寬面積低矮平臺，方便行動不便者坐著進行園藝操作