

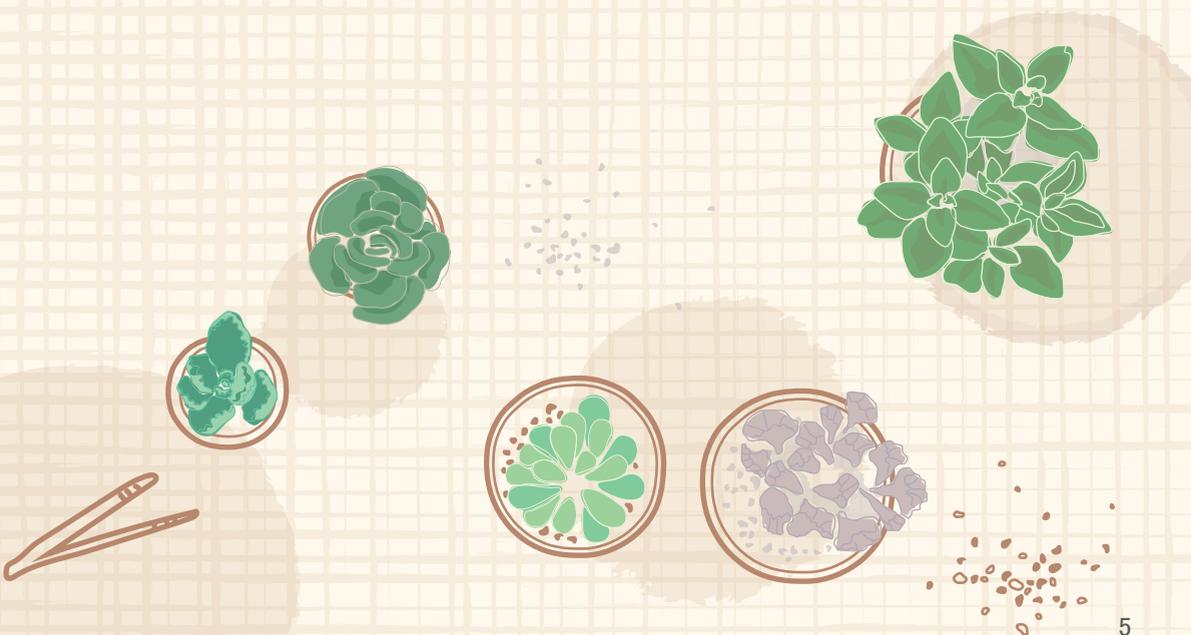
綠藝

蟲廊



／中原大學地景建築系

吳沂宸、王詩慈





✦方案名稱：綠藝盎廊

✦創作者：吳沂宸、王詩慈

✦方案目標：

藉由自己植物種植與創作的過程，提升參與者的成就感與自信心，增加與人的互動，以達療癒及身心健康促進之效果。

✦參與者條件、資格及人數：

受到日常壓力想要療育的學生，每梯次 10 人（1 週 1 梯次，每梯次參與人員不同）。

✦摘要：

研究發現，校園中有許多面臨壓力的學生，尚無需諮商輔導，但仍有療育需求，因此藉由短期工作坊提供參與者自己改造空間、種植及藝廊呈現，同時產生自我認同與展現，達到療癒效果。

✦活動時間與長度：

每梯次 90 分鐘（1 週 1 梯次，共 4 梯次）。

✦活動地點與設備：

中原大學諮商室外走廊。



★評估方式或方法

1. 以帶領者及協助者觀察各參與者在活動前後的表情及與他人的互動情形。
2. 活動尾聲由帶領者及協助者以聊天形式訪談紀錄參與者活動感想。

★材料與工具

當天所需材料

- 畫框
- 木板
- 土壤
- 水苔
- 多種多肉植栽
- 紙
- 筆
- 槌子
- 釘子
- 剪刀

事前準備材料

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| 牆結構 | 畫框 |
| <input type="checkbox"/> 角料 | <input type="checkbox"/> 12 根 30 公分角料 |
| <input type="checkbox"/> 螺絲 | <input type="checkbox"/> 槌子 |
| <input type="checkbox"/> 麻繩 | <input type="checkbox"/> 釘子 |
| <input type="checkbox"/> 電鑽工具 | <input type="checkbox"/> 塑膠萬用網 |
| <input type="checkbox"/> 剪刀 | <input type="checkbox"/> 白膠 |
| | <input type="checkbox"/> 剪刀 |

★方案內容說明與實施程序

1. 參與者共同改造特定園藝空間，使植栽對參與活動的團體而言，不再是每人製作後帶回家裝飾的一個勞作作品而已，而是團體共同努力的成果，並可提供自己的設計創作、種植的過程及與人互動之機會，參與學員可學習到園藝治療相關知識，未來亦可自己操作，打造綠化療育的空間。植栽作成的畫作，帶給參與者成就感與認同感，透過最後的討論分享，促進團體的互動。
2. 前置作業的牆結構 (圖 1) 及個人畫框 (圖 2) 由中原大學景觀系學生，於活動前協助校內諮商室走廊完成 (圖 3)，再將過程拍攝剪輯成 5 分鐘影片。



| 圖 1 | 牆結構示意圖



| 圖 2 | 個人畫框



| 圖 3 | 牆結構位置示意圖



| 圖 4 | 畫框成果示意圖

3. 活動當天用影片介紹事前結構搭建過程與畫框製作方法，再透過現場教學示範從紙筆設計到種植，引導參與者透過不同型態的多肉植栽進行格狀構圖配置，將配置好的植栽置入畫板 (圖 4)，再放入事前準備好的牆結構，變成完整的綠廊藝術 (圖 5)。藉由 4 梯次不同的參與者的設計，讓綠廊逐漸變得豐富與完整。



| 圖 5 | 綠牆成果示意圖

4. 活動過程由景觀系學生協助，亦是實習及累積相關經驗的機會，園藝療育活動幫助參與者達到恢復效果並結合在地資源，是極具可行性且已經初步得到支持的提案。活動後再以社群紀錄分享植栽生長變化，保留藝廊，提供路過的師生及諮商中心員工欣賞，可持續達到療育效益。



創意綠療育活動方案表

★單元名稱：綠藝盜廊

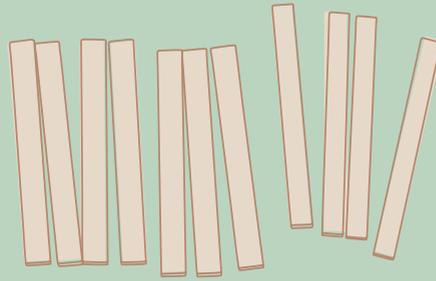
★活動次數：4 梯次

★時間長度：90 分鐘

★活動目標：

藉由植物種植與顏色搭配創作的過程，提升參與者的成就感與自信心，增加與人的互動，以達療癒及身心健康促進之效果。

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
事前準備 活動前 1 天	<ol style="list-style-type: none"> 1. 建造牆結構及製作畫框，並拍攝操作過程與步驟（由景觀系學生協助完成）。 2. 準備植栽及材料。 3. 活動當日講解人員培訓。 4. 諮詢園藝治療師以確認整體活動過程及參與者狀況。 	角料、網格、塑膠網、槌子、釘子、剪刀、電鑽、攝影機、多肉植栽（多種形態）、培養土、水苔	
報到 5 分鐘	參與者簽到，確認參與人數	簽到表、紀錄表	帶領者及協助者觀察參與者情緒並記錄
活動介紹及引導 15 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹活動意涵與流程。 2. 破冰遊戲：邀請參與者用手機分享上一次拍攝的植物及原因，以對植物的共同喜愛，拉進學員們之間的距離。若無拍攝植物則可分享印象最深刻與植物互動的體驗（包含觀賞、香味、觸碰等）。 	投影機	主持人需留意，引導提問並鼓勵讓每位參與者都能表達、第 2 次評估單記錄



活動內容 與時間	實施程序	設備與材料	備註
活動執行 60 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參與者觀看綠牆搭建過程及畫框製作方法之影片。 2. 講解並示範操作的步驟。 3. 參與者自由設計安排要種植的植株。 4. 依照初步設計圖領取對應植栽。 5. 將水苔及土壤放入畫框鋪平 6. 釘上背板。 7. 將植栽依照設計圖排列置入（體積較大的植株可用剪刀剪掉一些鋼絲再放入）。 8. 到走廊上已搭建的藝廊結構上進行排列。 	投影機、紙、筆、多肉植栽（多種形態）、培養土、水苔、畫框、牆結構、槌子、釘子、剪刀、快樂的心	園藝治療師主導，景觀系學生從旁協助參與者（持續觀察參與者情緒及與他人互動情形）
總結 10 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自由拍照、作品分享及操作過程心得分享。 2. 總結。 		帶領者與協助者透過聊天過程觀察參與者情緒