



國立宜蘭特殊教育學校親職教育月刊

發行人：許榮添校長

發刊單位：輔導室 編輯：社工師簡秋蘭

地址：宜蘭縣五結鄉國民中路 22 之 20 號

電話：03-9509788 傳真：03-9509868

網址：www.isse.ilc.edu.tw

期別：第四十六期 發刊日期：中華民國 98 年 02 月 11 日



親職教育

黃盛璘老師於去年年底受邀至學校，提供學校老師們園藝治療相關的知能研習。黃老師原是文字工作者，在因緣際會下接觸到園藝治療，就一頭栽進花草草的世界。而以下內容由黃老師提供，而其中案例部份，老師都利用照片呈現，因牽涉個人隱私，故未載入，若家長們對黃老師的園藝治療有興趣，可上她的部落格看看囉！
<http://blog.xuite.net/treelover/blog/15735030>

園藝治療的過去、現在、未來

園藝治療師 黃盛璘 提供

一、什麼是園藝治療？

「園藝治療」顧名思義，就是用「園藝」來「治療」人，利用種植和製作與植物有關的園藝活動來改善人的身、心、靈狀況。治療的對象包括老人、小孩、智障者、坐輪椅等行動不便者、精神出狀況的精神障礙者，甚至還可以幫助受創的家暴婦女。它可以是身體的復健，可以是精神的安撫，更可以是一種生命教育。

和藝術、音樂、舞蹈治療等另類療法相較，園藝治療的最大特色就在它運用的媒介「植物」是個生命體，在照顧植物的過程中，會一直感覺到生命的變化：發新葉、新芽、花開、花落，生生不息。當我們感覺到有個生命需要照顧、呵護的時候，相對的便能夠增加對自我的肯定。

二、園藝治療的發展歷史

論起園藝治療的歷史，可追溯到古埃及時代，那時的治療師就知道一個如花園般平靜而無威脅感的環境，對於有精神困擾的病患具有平緩的治療作用。

到了十九世紀初，美國費城的一位醫學教授—班傑明·羅許（Benjamin Rush）將園藝正式運用在專業的臨床治療上，也為心理疾病打開了一扇走出戶外的門。

而第一次世界大戰和第二次世界大戰，則是園藝治療的轉捩點。面對戰後大量的傷兵，美國政府大力將園藝治療用在肢體障礙者，於是大大的擴展了它的領域。到了 1960 年代的越戰時期園藝治療的運用達到高峰，造福許多身心受創、無法重新適應社會的退伍軍人。

1973 年美國成立園藝治療協會，因應社會的大量需求，進行教育與推廣。目前全美有數百位園藝治療師服務在醫院、復健中心、社區中心、學校等地方。

除了美國，加拿大、英國、德國等歐美國家相繼成立協會，蓬勃的在各領域展開園藝治療，而亞洲地區的日本、韓國、香港等地也跟進，陸續成立相關組織。

台灣目前尚未成立相關學（協）會，目前正由有關人士共同努力中。

三、園藝治療的運用與療效

觀看植物的生長，我們見識到自然神奇與療育的力量。花藉由種籽讓自己獲得永恆，生生不息的一再循環。自然懂得寬恕，一株植物死了，另一株植物可以取代它的位置。如果犯了錯，自然教導我們如何避免重蹈覆轍，因為植物的生命循環啟示我們生命更新的希望，以及重新開始的機會。

— Mitchell Hewson (加拿大 Homewood Health Center 負責人)

上癮者說：「園藝為我做到了我不曾覺得可以為自己做到的事情。說真的，我對園藝原來的瞭解是跟森林或野地有關的事情。當我來到 Homewood，我的無知狀態迅速改變了，我學習到園藝是跟自我滋養有關的——一個人如何用關愛的方式來照顧自己。我學到在我們照顧一株單純的植物時，會產生的難以解釋的力量。對我來說，植物代表不同的國籍，黑人、白人、黃種人和其他等等，如果我可以照顧這些植物，而且看待他們是獨一無二的——包括那些有長長尖刺的植物（仙人掌），看到它們的美麗，那麼我就開始懂得寬容了。人與人之間的關係，相互合作、放棄控制、學習傾聽，只是園藝的部分好處，還有一項長遠的益處是，利用這些技巧來協助創造一個更健康、更寬容的社會。」

一位加拿大籍的老年學員因為妻子過世造成的退化性憂鬱而來到這裡。他曾經非常活躍，喜歡忙碌的生活。不幸的是，妻子過世使得他沮喪、孤單，喪失了生活的樂趣。他在社交上孤立，因為缺乏運動和活動，身體也跟著衰弱。

經過鼓勵，他參加課程，而且能夠從事不少活動，包括繁衍植物，在容器或花壇上種菜等。這位病人原本是農夫，他很高興發現自己能夠跟別人分享他的經驗技術。出院後他在自家陽台從事園藝。他說：「園藝給我另一個機會運用我的技術來照料生命，和生命重新連結。」治療師協助他重新發現自己的長處和能力，讓他意識到自己生活的目的和希望。

四、園藝治療之服務對象

園藝治療的服務對象非常廣泛，除了可對一般現代人舒解壓力之外，還可針對監獄犯、老人、智障者、精神疾病患者、罪犯和藥癮者……等人進行治療。園藝治療師可以任職於醫院、老人安養院、啟智學校、勒戒所、監獄……等地方，利用園藝活動來治療身、心及社會層面的不適應者，甚至包括兒童也被納進服務對象，結合學校運用植物進行生命教育。

五、園藝治療之類型：

- (一)職能型園藝治療---以復健就業為目標；
- (二)治療型園藝治療---以醫療復健為目標；
- (三)社會型園藝治療---以生活品質為目標；
- (四)教育型園藝治療---以達成教育為目標。

六、台灣現況：還未有學會（協會）進行園藝治療師訓練和認證。

(一)庇護農場

1. 在勞委會高雄區就業服務中心多元就業開發方案協助下，一群有心的家長們，為自閉症孩子在高雄縣打造一個愛的家園「星星兒生態農場」。如今這個心智障礙孩子的庇護所，成為勞委會鼎力推薦的假日休閒多元景點之一。
2. 台北縣樹林市也有一個收容心智障礙者的「大安庇護農場」。

(二)醫院與療養院系統

1. 有一些療養院，因有土地，因此院方多讓精神患者進行蔬菜栽種，廣義已具園藝治療功效。例如八里療養院的職能治療師張建隆就將園藝治療用在精神障礙者。
2. 台北市立中興醫院精神科於 2001 年獲台北市政府勞工局「台北市身心障礙者就業基金專戶」補助，成立台北市第一個慢性精神病患園藝工作訓練坊。而當初



會選擇設立園藝場，除了結合本院院區綠地廣闊、靠近馬路及附近商區便於接觸社區民眾等優良條件外，也因園藝工作較不具時效性，工作壓力輕，所需技術少，勞力需求度高，不易被取代，及多以團隊方式工作等類型較適合精障病友，因此，選擇以此為工作訓練的主要模式。

3. 花蓮門諾醫院林木泉在美國堪薩斯州取得園藝治療碩士。自 2006 年六月起在門諾基金會試辦「園藝治療」活動，對象為十位重障養護中心住民。這些住民多半手部功能不佳，實施園藝治療九個月以來，他們的手部功能大大進步，甚至能夠自行推輪椅。而在心靈方面，一般人幼年的生活經驗多半與植物有關，如此將喚起住民的記憶，進而與其他住民間增加話題，使人際互動更佳。

4. 陽明大學林一真老師具園藝治療師資格

(三)教育推廣

1. 台大園藝系曹幸之等老師開「園藝治療」課程。
2. 台大園藝系今年成立「植物與人學會」推動園藝治療師之訓練及認證。
3. 文化大學景觀系郭毓仁在推廣中心開師資認證課程。

七、我的案例

(一)兒童園藝治療與生態、自然教育：

1. 植物的觀察：從種子到發芽、開花、結果的觀察，進行生命教育。
2. 利用數盆鉢、算種類、測量土地等來進行數學教學。
3. 利用植物香味和質感來進行對觸覺、嗅覺等的刺激。
4. 藉由植栽的過程，了解大自然的運作力量。

* 案例：烏來種籽學苑小小園丁社、草盛園小小農夫班、三峽日托中心（發展遲緩兒及自閉症兒）

(二)高齡者的園藝治療：

1. 利用植栽作適度的運動，以預防運動不足造成的體力衰退
 2. 一邊作業，一邊增進溝通與交流，以維持社會化。
 3. 藉由蔬菜栽植，享受收穫的樂趣，並期待下一次的收穫。
 4. 可將收穫物進行販賣、料理等，以維持生活技能與提昇自我評價。
- * 案例：翠柏新村老人安養院、頤安老人日間照顧中心（失智老人）、埔里菩提長青村（農村老人）

(三)視障者的園藝治療：

1. 利用香草和藥草刺激感官（觸覺、嗅覺、味覺），藉由感官的開展，達到心靈的療癒。
2. 藉由植物的繁殖與照顧，感受生命成長的喜悅，提昇生命的能量。
3. 享用植物帶來的藥效，達到身體的康健。

* 案例：視障者科技發展協會三個月課程、德興有機農場一日體驗

(四)智障青少年：案例一至善國中暑期特教班

(五)高關懷與資源班青少年：案例一樹林中學暑期快樂園丁班、樹林育林國中高關懷班、台北瑠公國中資源班【校園菜圃】

(六)肢障者：案例—德興有機農場一日體驗

(七)腦性麻痺患者：案例—八里愛心教養院（正在進行中）

八、園藝治療花園(益康花園 Healing Garden)之設計

(一)無障礙空間：園內輪椅可以自由行動

(二)高床：讓高齡者、坐輪椅者和小孩等可以輕鬆操作，必需抬高花床之高度，不但適合輪椅高度，在老人疲勞時可隨時有地方坐下來休息。

(三)材質：使用材料不要太冷或太熱，例如金屬就不適合。



(四)遮陰：尤其台灣夏天，特別需有遮陰場所。

(五)立體式花壇：優點是 1. 不但容易種植，也容易管理。2. 只需從上面澆水。3. 格架易做記號，視障者也適用。

(六)在各角落設置椅子，讓行動不便者可隨時休息。

(七)容易滑跤的地方要加上防滑和扶手設施。

九、有機、生態之栽種：園藝治療站在增進身、心、靈健康的前提下，栽培法應是有機的。教育上亦應是生態的。

十、園藝治療之素材—蔬菜、保健植物和香草

(一)蔬菜：成長期短，極適用於校園菜圃。

(二)保健植物：以易種、易取得、安全及具有五感刺激為主，如魚腥草、艾草、薄荷、左手香、蘆薈、石蓮花、葱、薑、蒜、蕃薯葉等

(三)香草：以易種為主，如檸檬馬鞭草、香茅、迷迭香、鳳梨鼠尾草、紫蘇、香椿、芳香萬壽菊等

十一、未來發展

(一)國際研討會—從 2007 年開始，每年透過日本的協助，舉辦國際研討會，是獲取各國的經驗極好的管道。

(二)學會成立—以進行訓練課程和認證，以推廣國內園藝治療活動。

(三)APATH（亞太園藝治療協會）之推動。



好書大家看



書名：貓頭鷹的勇敢飛行

作者：吳瑞璧

出版社：健行文化

出版日：2009.01.20

語言：中文

<轉載自金石堂網路書店>



一、內容簡介：

吳瑞璧，一位腦性麻痺患者，行動不便、手功能不良、重度語言障礙，但這些都不能打倒她及家人，她克服身體與心理的艱困，致力於寫作，花了十三年努力完成空大雙學位，克服萬難出國旅行，她的文藝寫作得到無數獎項的鼓舞，並榮獲台北文學年金獎的肯定。她自認是一隻飛不高航不遠的折翼貓頭鷹，但是她依然勇敢地展翅飛翔，字字真情，用發光發熱的生命，寫下這本勵志散文。並有恩師履彊、文壇前輩劉克襄及武而謨醫師的專文推薦。

二、得獎紀錄：

★獲新聞局中小學生優良課外讀物第二十五次文學語文類推介

★入選好書大家讀第 48 梯次「非故事文學組—創作散文」

三、作者介紹：吳瑞璧，生於宜蘭長於台北，是位腦性麻痺患者，醒吾國貿科畢業後，以十三年的時間完成空中大學人文學系暨社會科學系雙學位，一九九二年開始寫作，十多年的努力不懈，榮獲第二屆全國身心障礙文藝獎(文薈獎)、內政部第七屆身心障礙楷模「金鷹獎」及二〇〇五年台北文學年金獎。另著有《擁抱幸福的貓頭鷹》。