



台灣綠色養生學會

10

第10卷第9期

發刊日:2019年11月18日

理事長:許宏志

編輯委員:陳秋媛、黃柏銘、李英弘

總編輯:周均霽

會址:嘉義縣朴子市嘉朴路西段6號5樓

電話:05-3621000#2692

傳真:05-3628175

信箱:fgca100123@gmail.com

園藝治療-失智長者與特教生（教學）的差異

吳文琇

【前言】

我們的生活環境中會發現人與植物的關係是非常密切的，馬路兩側的行道樹、花卉、公園裡的景觀，或運用植物花草裝置藝術等等。植物可增進人的身心健康與福祉，並改善人類良好的生活環境。校園中的植物提供了教學及了解植物成長的過程。此外，國外已研究證實，利用植物、園藝、人與植物的親密關係，並且植物能協助病患獲得治療與康復效果的方法，稱之為【園藝治療】

此次的園藝治療，我們分為兩部分來探討

【一】 特教生與水耕蔬菜栽培

課程架構：高職部課程以領域為科目，主要分為家庭個人、社區生活、職業生活等三大領域，以統整理念規劃課程，使課程教學間有更優質的連結型及彈性。

園藝職種：園藝課程包含土耕與水耕，善用土耕區及水耕床進行園藝教學。土耕教學以認識土耕工具及器材、土耕蔬菜、育種、澆水、除草、施肥、收成等。水耕教學以認識水耕工具及器材、水耕蔬菜、育苗、定植、補水、補充液肥及收成、清洗定植版及水耕床等課程。

此次水耕蔬菜栽培課程活動是位於頂樓戶外，採光好，設備佳，蔬菜屬於「浮根葉菜類栽培法」，依學生的需求特質設計活動內容，經過一

周的教學，果然將潛藏的實力一一展現出來，在調整好學生的特質、優勢轉化成實際的表現，從工作中得到成就感。分配負責工作項目，經過兩周後學生已熟悉自己的工作內容，除了會主動拿工具或以手勢、聲音表示要工作外還會提醒同學的工作項目是什麼，儼然已是老師的得力小助手。

住在大都會的水泥叢林哩，如果有一方可栽種的地方是一件幸福的事，這群學生在學習的過程中透過土耕與水耕蔬菜的各項活動有了多元的感受，例如：視覺、觸覺、味覺，從中得到放鬆緊張的情緒，降低噪動的次數及享受安靜的育苗或移植那種專注的片刻。園藝活動透過適當的課程設計，不但強化學生基本職業適應能力，更培養良好的職業態度，學生由觀察蔬菜的生長過程產生的變化，更了解到責任心，進而建立了自己的自信心與成就感。

【二】失智長者與繽紛花玫瑰

本活動是由區公所主辦的樂齡園藝活動，連續十二週每次2小時學員只要符合條件即可報名，每一位餐與者都精神飽滿、活力充沛，唯獨一位由外籍移工陪伴照顧，看起來對於這門園藝活動興趣缺缺提不起精神，倒是陪伴者興致頗高，幾次接觸後發現這位奶奶處於一種想做又不想做的拉扯之中，於是我找到機會請奶奶協助，大家齊聲讚美奶奶真棒，此後奶奶每一次上課也很樂意配合做一點點，最後的幾次課程也能順利在協助下完成自己的作品，雖然奶奶可能也會不記得這些與他一起上課的學員是誰，不過這些學員的笑聲、歡樂聲必然會印記在他的腦海中。

與外籍陪伴者訪談中才得知奶奶年輕時也很喜歡花花草草，原來奶奶不是不喜歡這次的課程，而是她已經遺忘了她心愛的花草所長的模樣，為了喚起奶奶的記憶，此後的每一次上課前我會準備一朵鮮玫瑰花插在玻璃瓶中，放在奶奶面前讓她欣賞。鮮紅的玫瑰似乎讓奶奶想起了什麼，告訴大家這玫瑰花真漂亮，這時大家異口同聲地說奶奶真是太厲害了，奶奶也回報了一個很難得的笑容。

對於失智長者來說，他們在學習新事物上可能比較容易忘記，但是對於喜歡的事物還是可以喚起記憶的，國外研究也證實透過園藝活動能讓失智長者產生知覺和自我認同，提升身體功能、釋放壓力、穩定情緒及健康並改善生活品質。