

園藝治療課程執行與應用在大學生的探究

The Exploration of Execution and Application of Horticultural Therapy Courses among College Students

黃麗績/南華大學生死學系/兼任講師

魏書娥/南華大學生死學系/副教授

目的

- 1.使學生了解綠色照護與園藝治療相關知能，當面臨身心困頓時，能藉由園藝治療走出困境。
- 2.學生畢業後能將所學，運用在其服務領域的個案身上，協助個案面對生活處境。

個案背景

- 1.課程介紹：「社區照顧與園藝輔療」為南華大學生死學系112學年度新開課程，每週二節，總計18週，修課學生共25位。
- 2.系所與學生簡介：此系是國內少數以「生死」議題為準所創立的科系，大學部包含「殯葬服務組」、「社會工作組」與「諮商組」。因系所特色，學生們很早就接觸到死亡相關議題，他們面對的，除了一般大學生常見的學業、家庭與人際壓力外，還有更早看見生命中的死亡情境。因此一個好的紓壓方法對他們而言相對重要。

課程主題與內容

週別	課程主題	內容與活動
1	課程說明與分組	樹葉分組，葉拓製作小組桌牌
2	園藝輔助治療與綠色照護	葉拓、製作個人名牌
3	從一片葉子開始：認識自己	樹葉拼貼與繪畫
4	走進校園小森林-開啟自然觀察	校園觀察與大地曼陀羅
5	照顧你、照顧我：植物照顧小技巧	認識介質、彩繪盆器、製作澆水器、種豌豆
6	讓植物來照顧我們1：艾草	艾草驅蚊香DIY、品嚐艾草補氣飲
7	讓植物來照顧我們2：食農教育	採收豌豆、五行五色海苔卷
8	讓植物來照顧我們3：左手香、魚腥草	左手香果汁、魚腥草tapas
9	讓植物來照顧我們4：薄荷、紫蘇	青草伏胃飲DIY、植感包裝設計
10	讓植物來照顧我們5：平安植物	香草平安包DIY
11	五行五色與健康生活	五行五色花草茶DIY
12	植物與空氣淨化	手作水苔球
13	植物香氣之旅：校外參訪	大林艾森農場認識茶樹、大地曼陀羅
14	節日慶典-歲末的祈願與祝福	樹枝編織-天眼編與能量三角錐
15-17	期末成果發表	創意教案分享
18	總結討論	

授課方式



課室教學 → 操作體驗 → 經驗分享 → 校外參訪 → 創新應用

關鍵詞：大學生、園藝輔助治療

討論

1. 園藝治療也是生命教育

透過種植與觀察，從植物生長樣貌，討論生長環境對植物的影響，是一堂深刻的「生命教育」。

2. 課程中不評價、不比較

本課程期末滿意度為4.93(滿分5分)，學生回應，除了內容有趣，透過作品分享有成就感，也因為不用被比較優劣，能直接感受到舒壓療癒。

3. 給學生多一點空間，更能發揮創意

期末的園療教案分享，同學們將折紙、瑜珈、禪繞畫...融入園療活動中，這樣的教案舉一反三，超乎我們的期待，也提醒我們，減少限制，學生們反而會有更多的發揮空間。

4. 給的多，不一定符合學生需求

身為老師，總想把所知道的都教給學生，然而太多的內容，易讓學生感受時間不足，減低預期療癒效果。因此放慢節奏，是未來課程安排時需注意的。

課程點滴



致謝

- 1.謝謝南華大學生死學系魏書娥教授極力爭取，「社區照顧與園藝輔療」課程才能夠順利開課。
- 2.本課程無材料費預算，感謝「雲嘉南園療師團隊」謝麗燕(燕子老師)、謝玉琴、楊淑姿三位園療師，慷慨分享部分材料，讓學生們能夠充分體驗豐富又精采的課程，在此一併致謝。