



# 台灣綠色養生學會

# 10

第 10 卷第 6 期

發刊日:2019 年 7 月 12 日

理事長:許宏志

編輯委員:陳秋媛、黃柏銘、李英弘

總編輯:周均霈

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

## 園藝治療於兒童之應用

陳凱華/嘉義長庚紀念醫院 復健科 主治醫師

小玲今年 4 歲，讀幼兒園中班，因個性非常好動，愛講話，甚至離開自己的座位走來走去，常常被老師向家長投訴小玲影響其他孩子上課。

班上也有一位小朋友叫玫玫，她剛剛相反，講話很少，目前只會說簡單的字詞，常常因為講不出自己想要的物品，別人又猜不出她的想法時，就非常生氣，大哭大鬧，玫玫的父母親非常困擾，親子關係愈來愈不好。雖然，玫玫在醫院已接受定期的語言訓練，父母親也希望在醫療外，能夠找更多對玫玫有幫助的方式改善。

類似的問題，常常出現在幼稚園的學前孩童，我們是否有其他方式幫助這些孩子呢?我們來分享一下園藝治療在這些兒童的應用。

為什麼園藝治療適合應用於兒童?

依美國園藝治療協會會長 Steven Davis 所述，園藝治療是由專業主導的課程中，利用植物和園藝活動做為治療和復健的工具之一。透過以植物及園藝活動將人的能力作提昇，以達到改善功能的目標。如同遊戲治療的好處，園藝治療主要是以非語言、以動作為主的學習方式，因此，很接受兒童本身以玩為目的學習模式。當課程依孩童的能力狀況，經過適合的設計後，兒童很快就會融入活動當中，從中獲得喜悅與快樂。因此，常是兒童容易接納的活動方式。

園藝治療應用於兒童時，要哪些要注意的地方?

因孩童的能力差異性大，在規劃活動前，建議要以孩童為優先考量:要先了解孩童有哪些優勢劣勢，個性特質，家長的期待及需求等，再進行活動之設

計。舉例如小玲的狀況，她的注意力不太短，又容易走來走去，活動規劃上就要考慮將各步驟細分，讓小玲在活動中有機會休息。當小玲愈來愈投入活動後，再考慮將時間逐漸拉長，增加她專注的時間長度。甚至在活動中，安排一些讓她可來回拿某些物品的步驟，讓愛動的小玲有機會活動一下筋骨。

至於玫玫的狀況，主要是表達的能力不好，容易生氣。我們在活動中，就可以考慮讓家長與玫玫需要一起合作的活動，當然，在活動前務必先告知家長這活動的各步驟是如何執行的。執行的過程中，可以如何協助孩童，例如：先以等待的方式，讓孩童先提出需求。如果需求無法表達很好時，再加以不同的協助，如先用指示、續而手勢，最後是口語提示等。

此外，因兒童時期，容易將物品放入嘴巴，因此，選用的材料及工具要考量採用大小適中、無毒的。如果活動與栽種有關，亦建議選用容易栽培、生長較快的植物，比較容易讓孩童產生成就感。

在活動設計上，也要注意事項不要讓孩童感到「我不要參與」的念頭，否則改變或進步就不可能出現。通常有這種狀況出現時，我們要從以下各個方面考量：

- (1) 是否課程對案主太難？或太簡單？太無聊？
- (2) 是否案主身體不適、肚子餓？想睡覺？
- (3) 是否治療的環境讓個案有壓力？
- (4) 是否缺乏適時的引導？

如果有這些情況，我們就必須要調整活動的方式，才有機會讓孩童融入活動當中。