



台灣綠色養生學會

10

第 10 卷第 7 期

發刊日:2019 年 9 月 10 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

第一線園藝治療師，此刻～未來，任務是什麼？

開發多元園藝活動成為客製化的預防醫學

沈瑞琳/綠色療癒力學院院長

這些年園藝治療在各國推展，展現了很好的成效與指標性，「有效益與否」已經不再意見分歧，接下來園藝治療的發展重點，除了持續培訓具有專業實力的人才，進入市場服務（執行），如何量身打造園藝治療歷程中，客製化的活動教案，以及擴大園藝療癒的服務範圍。

園藝治療初期發展服務對象單一，也因預算考量推動次數較少，簡單的教案即可因應被服務者的需求。如今，園藝治療活動對人，產生身心靈及社交關係健康促進的效益，無論是實務面或實證研究結果均極獲肯定。現今園藝治療服務市場非常蓬勃，開展多元教案與教案適宜性，是園藝治療永續發展要件。隨著接受服務的團體與使用者大幅增加，治療（療癒）目標也各不相同，因此教案多元性才能符合使用者需求。園藝治療服務的對象是「人」，生命各別差異的特質即是設計教案時，必要的評估條件，其次，推展園藝活動時的場域設備及環境氣候條件、介入支援的人力、經費、後續發展導向與影響....等，都是設計一整套園藝治療教案需要考量的因素。因此，園藝治療師們應強化自己的教案設計能力，在現在及未來市場汰選的機制中才能勝出。



園藝治療的當務之急是擴大服務範圍，不再只是設定在「治療」需求的對象，也不應單單著眼於「復健醫學」的服務對象上，應該前推至「預防醫學」階段的對象。隨著全球少子化與高齡化時代的來臨，長照、亞健康等議題已被大家熱烈討論與關注。而健康與亞健康的人，一樣需要自然中的綠色療癒力，讓健康的人持續健康，讓亞健康的人趨向健康轉化，是很重要的社會課題與提升城市競爭力的條件。因此，如何開發並量身打造出園藝療癒教案，必須考慮可以引發活動意欲、五官六感的刺激覺醒、社交關係促進（同事、親子、社區、團體、新社群網絡建立...）、幸福感、另類成就感（非職場成就感）、發現自有的能力、覺察學習與包容、啟動自然博物觀察智慧、創造轉念放下的緩和時刻、看見生命的感動，與內心對話...等效果，任何一個啟動正向心理迴路的可能，都是園藝療癒教案設計的重要發現。

園藝治療的未來發展應趨向更多元的對象與目的，因此，開發符合空間環境條件，量身打造容易親近執行的園藝療癒教案，讓健康、亞健康、高齡者（行動自如）、身心障礙、早期療育、失智症、反社會行為矯正、親子關係、啟動多元智能的翻轉教育...各類族群，皆可透過綠色療癒力啟動自療力，維持身心靈與社交健康狀態，延緩進入疾病或亞健康狀態、自信並有尊嚴而快樂的生活著。園藝治療對社會的責任在於提供家庭及社會中，需要被照顧者、提供照顧支援者，一個穩定的支援，這將提供全民身心健康及最大的幸福感。

【關鍵字】園藝治療教案設計、正向心理、綠色療癒力、共鳴、幸福感、預防醫學



作者：沈瑞琳

現職：

綠色療癒力學院/院長

台灣園藝福祉推廣協會/副理事長

台灣綠色養生學會/理事

樂齡族健康園藝研發推廣聯盟台中本部/主任

相關認證課程講師

作家



著作：

- *《園藝治療-香草療癒你我他》2018. 07 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *《綠色療癒力》封面改版暢銷上市 2016. 10 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *《綠色療癒力》封面改版上市 2013.06 城邦出版集團/ 麥浩斯出版社
- *《香草廚房花園設計應用大全》第一本療癒系香草聖經 2012.01 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *《綠色療癒力》台灣第一本跨領域園藝治療專書 2010.11 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *海外版權《香草廚房好好玩》2008.03 於韓國發行韓文版
- *海外版權《居家創意盆栽組合》2008.03 簡體版/吉林科學技術出版社
- *《盆栽變身小花園》2007.07 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *《香草廚房好好玩》2006.12 城邦出版集團/麥浩斯出版社
- *《趣味盆栽小花園》2005.10 城邦出版集團/麥浩斯出版社

專長領域：

園藝治療、景觀設計規劃、東洋花藝設計、西洋花藝設計、香草植物栽培與應用、盆栽設計、生活美學應用、植物天然染應用，以及相關課程設計與專業人才培訓。

交流空間：

e-mail:winnie.shen60@gmail.com

FB 粉絲專頁:園藝治療師沈瑞琳