

# 被自然照顧的我們

## —園藝治療走入校園

採訪／萬怡君、莊詠婷 撰稿／莊詠婷

往往我們不是在愛護自然，而是我們被自然照顧。「為什麼要做校園菜圃，或做這種校園的園藝治療呢？我們其實會發現學生進出校園，對這些植物都視而不見，跟他們完全沒有關係。」園藝治療師黃盛璘相信，兩個生命照顧的過程會產生轉換及轉變。她希望學生能對校園植物有多一點瞭解，可以跟她們打聲招呼，不要只是上下學經過而已。

### 透過照顧生命體來提升自信

做校園園藝治療，種植本身只是一種媒介，主體還是在學生身上。透過照顧生命，讓他們有個重新肯定自己及與生命連接的機會。

一位資源班的教師，希望能讓學生在國中三年有美好的回憶，所以選擇了園藝治療。他們因為覺得自己被學校及老師放棄，在語言上會有自暴自棄的字句。「以前他們是被選擇的，反過來讓他們選擇。譬如說讓他們在下學期九年級畢業之前，去製作手工皂，然後送全校老師一塊手工皂。讓他們去選擇想要送的老師。」他們反過來可以做選擇，而不是被選擇的一方。透過對生命的照顧，他們不需要去跟其他學生競爭，在栽種的過程，他們的自信隨之提升。此外，特教班的孩子在學習上較其他學生來得緩慢，讓他們接觸這些植物，可以享受照顧生命的過程及獲得回報的感受。

在都會成長的孩子在一開始會對這些昆蟲、植物產生恐懼，黃老師會對他們進行心理建設：「讓學生自己尋找一棵喜歡的大樹，試著寫一封

信給樹，把信埋在自己的大樹下面。或是讓他們觀察大樹的特徵，上面住了什麼生物，讓孩子跟大樹建立關係，然後再改善。」有的學生好奇信是否還在大樹下面，黃老師告訴他如果信不在就代表大樹收走了，後來發現信不見的瞬間孩子出現驚奇的神情。

園藝治療的課程進入校園，教師的配合及校方的支持是很重要的關鍵。黃老師說，遇過很認真的資源班導師，即使不是課程時間，一有空就會讓學生下課去菜圃澆水，也會使用獎勵的方式鼓勵孩子；校方修整樹枝提供校園菜圃良好的採光，也是很大的幫助。

### 兩個生命的連結產生轉變，重新面對自我

「園藝治療是一種照顧的過程，一個生命對另外一個生命照顧的過程，是兩個生命照顧的過程產生轉換及轉變。因為我們是相信一個人對自己是有自信的、是肯定的、是有生命力的，自然會面對自己的問題。」園藝治療的課程是希望能透過照顧一個生命，而這個生命體透過你的照顧會長得更好，回過來重新肯定自己的生命。 

#### 想知道更多

草盛園 <http://blog.sina.com.tw/wwgarden/>

