

一、課程名稱：園藝益康 - 人與植物的互動

二、學分數：二學分

三、授課教師：馬偕醫學院全人教育中心教授兼心理諮商中心主任 林一真

美國紐約州立大學心理與教育統計博士 Ph.D 及教育博士 Ed.D

美國園藝治療學會園藝治療師認證 (HTR)

美國華盛頓大學療癒花園學程結業

四、外請演講專家：

(一)課程講師：陽明大學人文與社會教育中心 張曉風教授 (專長：詩歌、散文、戲劇、寫作、園林文學)

台灣大學園藝學系 張俊彥教授 (專長：景觀生態學、景觀設計與實習、造園學)

台北護理學院生死教育與輔導研究所 林綺雲教授 (專長：生死學、生命教育)

馬偕醫學院全人教育中心 申永順副教授 (專長：環境工程、污染物理化處理)

(二)實作專家：

台大農場園藝組農業技士 鐘秀媚老師 (專長：園產品加工生產製造、觀賞植物之栽培與應用推廣、現代農業體驗課程之實習指導)

五、課程目標及簡介：

從一棵種子的萌發、生根、長芽、展葉、開花、結實、收種對於人心有啟發或寄託或忘情世俗的功能。課程中將以園藝植物一生為藍圖，以生活為出發點，讓同學了解農業、園藝及森林，並將之融入生活及治療。本課程期許協助同學達成下列七項目標：

(一) 瞭解園藝益康的基本理念、實務與知能。

(二) 瞭解並體驗人與植物互動中所產生的治療力量，並從其中領悟全人健康之道。

- (三) 能享蔬果葉之美味，領略園林之美，並悠遊於田間。
- (四) 敏察環境並實際操作體驗園藝工作。
- (五) 由人與植物互動培養同理心和溝通能力，體現尊重生命、與眾共生，性別平等，師法自然永續發展。
- (六) 創造及體驗學習的高峰經驗 (peak experience) 。
- (七) 將園藝或森林益康的理念及方法實際運用於日常生活及臨床中。

六、講授大綱及進度：

編號日期	課程主題	主持	主講	課程提醒
1. 2/23 (三)	園藝益康的巡禮— 人與植物的互動 People-plant Relation		林一真	
2. 3/2 (三)	園藝入門(I) - 整地/規劃/加土/種植/維護 Introduction to Horticulture (I) - planting	林一真	鐘秀媚	
3. 3/9 (三)	醫療花園 - 學生觀察與賞析 site survey & report - Hospital Gardens		林一真	分組報告(1)
4. 3/16 (三)	園藝益康方案設計(I) - 生命樹 Program planning(I) - tree of life		林一真	

編號日期	課程主題	主持	主講	課程提醒
5. 3/23 (三)	園藝入門(II) - 種植/水分/病蟲害/肥料管理 Introduction to Horticulture (II) - Mangement of water,bug and soil	林一真	鐘秀媚	
6. 3/30 (三)	園藝益康的身心測量研究 Measurement of Health Enhancement	林一真	張俊彥	
7. 3/26(六)或 4/9(六)或 4/13(三)	悲傷療癒花園 Site survey - Grief Healing Garden	林一真	林綺雲	上四小時 可能利用 3/26(六)、4/9(六)、 6/8(三)時間
8. 4/13 (三)	方案設計(II) - 以為振興醫院中風長者設計富能花園為例 Multi - disciplinary Integration : HHE Task Analysis, enabling garden, HHE for special population Elderly with stroke history in nursing home		林一真	
9. 4/20 (三)	園藝與森林益康發展史 Horticultural - Health Enhancement development & Professional Bodies Code of Ethics		林一真	

編號日期	課程主題	主持	主講	課程提醒
10. 4/27 (三)	益康環境保護與測量 Measurement of Horticultural - Health- Enhancing Environment	林一真	申永順	
11. 5/4 (三)	中西文學中的園林 Multi-disciplinary Integration (II) - Gardens in the Eastern and Western Literature	林一真	張曉風	
12. 5/11 (三)	療癒園林規劃(I) Design of Therapeutic Landscape (I) / 豐年祭預備 Preparation of Thanksgiving Festival		林一真	
13. 5/18 (三)	馬偕校園植物巡禮 Site Survey- Campus plants and I		林一真	
14. 5/28 (六)	Horticultural - Health Enhancement 推廣活動-豐年祭(I) Thanksgiving Festival		林一真	與 6/15(三) 合併 下午上四小時
15.	療癒園林規劃(II)		林一真	

編號日期	課程主題	主持	主講	課程提醒
6/1 (三)	Design of Therapeutic Landscape (II)			
16. 6/8 (三)	愛的森林與益康 Camps trees and Health Enhancement		林一真	與 3/26、4/9 或 4/13 合併上課
17. 6/15 (三)	豐年祭(II) Thanksgiving Festival(II)		林一真	與 5/28(六)合併上課

課程聯絡人：馬偕醫學院 吳嘉華 分機 1196 & 黃懷貞 02-26360303 分機 1410

- 七、授課方式：
- 1.幻燈片、投影片配合講演。
 - 2.實作實地講解。
 - 3.將使用校園中適當地點，進行植物工作與分享。
 - 4.訪問參觀。
 - 5.活動推廣。

八、成績考核方式 - 本課程最高以 99 分計，※為必作五項作業

項目	主題	說明	最高分	繳交日期
※1	活動植物(活動寶貝) 栽培手札	以 A4 紙每週記錄日期、植物生長情形、栽培措施及心得	15	
※2	定點植物手札 (定點寶貝)	在馬偕校園範圍內守護一植物 1.每週記錄日期、植物生長情形、栽培措施及心得。 2.對所有園丁展示說明，歡迎發放講義。	10	
※3	蔬花園圃實作	分組設計及栽種花園與菜園，每週拍照側寫上網，期末蔬花園比賽	20	
※4	醫院花園	觀察至少一個醫院(含診所、坐月子中心、醫療中心)或益康環境花園，照照片、寫心得，如能訪問醫護人員、病人家屬、或設計師更好；依品質加分。	15	3/ 9
※5	豐年祭	益康園藝心得分享，參與分工	15	馬偕第一班，故分組 1.學術組 3.美工、秘書 2.活動組 4.總務

加分籃 (最高可加 45 分，課堂中說明討論)

項目	主題	說明	最高分	繳交日期
1	生命中的一朵花	以 A4 紙寫及畫童年植物的經驗及領會，scan 圖片加文字交至 Portal 或電子教室(課堂活動)	5	照相機/錄影機 /Scan
2	學習心得	回顧這學期自己與人和植物互動的收穫及感受、對日後生命的啟示，並對課程作建議	7	

3	學習檔案夾	檔案夾編輯及美化	3	
4	課程特別貢獻		15	

九、主要參考書目：

- 林一真(2005)。我在花園中：陽明大學園藝治療課程初探。關渡通識學刊 1:131-146。
- 鐘秀媚(2005)。四季·花草種植。台北：上旗文化。
- 鐘秀媚、陳博惠(2009)。第一次在家種菜就成功。台視文化。
- 張俊彥(2008)。園藝治療效益評估及活動設計。台北市：中華民國人與植物學會。
- 張俊彥(2009)。園藝治療與治療性景觀。台大校友雙月刊，63。
- Simson, S.P., Straus, M(editors) (1998). Horticultural as Therapy, N.Y. Food Product Press.

十、參考書目：

- 小林治人(1984)：造園計劃設計，明文書局。
- 內政部營建署(1984)：世界自然保育方略，內政部營建署。
- 尹萍(譯)(1998)：山居歲月 - 普羅旺斯的一年。季節風。
- 田哲益(2009)。玉山的守護者：布農族。台北：台灣書房。
- 田哲益(2010)。台灣原住民社會運動。台北：台灣書房。
- 古川仁朗(1986)：圖解組織培養，淑馨出版社。
- 台灣省農業藥物毒物試驗所(1993)：農藥名稱手冊，台灣省農業藥物毒物試驗所。
- 沈瑞琳(2010)。綠色療癒力。台北：麥浩斯。
- 余倩(1983)：最新蘭花栽培法，鴻文出版社。
- 李開敏(校閱主編)(2002)許玉來、成蒂、林方皓、陳美琴、葛書倫、呂嘉惠(譯)。與悲傷共渡：走出親人遽逝的喪慟(原作者：Kenneth J. Doka)。

台北：心理出版社。

- 李瑞宗(2003)。蘇花道今昔。太魯閣國家公園管理處。
- 林一真(2009)。當牡丹遇見魯冰花—面對家暴之婦女的園藝治療團體實施初探。2009年台灣輔導與諮商學會年會暨「多元文化、多元包容：輔導與諮商專業的挑戰與展望」國際學術研討會。
- 林一真 主編(2005)。我的寶貝在陽明—國立陽明大學園藝治療園丁手札。台北：國立陽明大學。
- 林文鎮(1983)。談森林浴-德國、日本的國民健身法。台灣林業 12(8)，36-40。
- 林文鎮(1986)。擴展森林公益功能之道-保健利用。台灣林業 12(8)，1-8。
- 林文鎮(1988)。森林浴與步行健康。台灣農業 24(2)，53-56。
- 林文鎮(2000)。森林保健論(上)。台北市:中華造林事業協會。
- 林文鎮(2001)。森林保健論(下)。台北市：中華造林事業協會。
- 林文鎮(2003)。環境林業。台北市:中華造林事業協會。
- 林文鎮(2007)。森林充實人生之領悟。現代育林，22，28-34。
- 林文鎮(2007)。與森林為伍、精神常新。現代育林，22，35-48。
- 林文鎮、廖天賜(1999)。森林情境，孕育 EQ。現代育林 15(1)，19-25。
- 林文鎮、廖天賜(1999)。森林情境，孕育 EQ。現代育林 15(1)，19-25。
- 林文鎮、廖天賜、林重佑(1999)。森林浴與 EQ-相關理論三題。現代育林 14(2)，26-32。
- 林木泉(2008)。園藝治療入門。台北：洪葉文化。
- 阿不/文，攝影 (2004)：打造我的香草庭園：一個都市上班族實現庭園夢之手記，甜水文化。
- 岩崎輝雄(1989)。森林的健康學。(呂錦明譯)。台北市:中國造林事業協會。(原著出版年：1986)
- 美卡·瓦歷斯(2006)。部落傳奇 - 台灣賽德克族原住民，美卡·瓦歷斯畫冊。
- 涂古德著，謝維玲譯(2004)：懶人庭園設計指南。貓頭鷹。
- 彼得·梅爾 (2000)：重拾山居歲月。皇冠。
- 荒野保護協會志工群(2010)。生態心理學：復育地球，療癒心靈。台北：荒野保護協會。
- 陸又雄(1992)：非洲堇的栽培，淑馨出版社。

- 財團法人豐年社(1992)：園藝作物組織培養實用手冊，財團法人豐年社。
- 財團法人豐年社(1997)：精緻農業實用技術，財團法人豐年社。
- 唐芩(2002)：超好種室內植物。朱雀文化
- 唐芩(2004)：我的香草花園。朱雀文化
- 郭乃文(2008)。益康花園:理論與實務。台北：五南圖書。
- 郭乃文(總校閱)(2008)江姿儀、吳珠枝、林鳳蓮、邱玉婷、殷育士、劉采晴、羅亞惟(譯)。益康花園：理論與實務(原作者：Marcus, C.C. and Bames, M.)。台北市：五南圖書。
- 郭毓仁(2005)。治療景觀與園藝療法。台北：詹氏書局。
- 陳子琳(1988)：趣味園藝，培琳出版社。
- 梁仲容(1996)：園藝治療輔導方案對國小兒童自我概念、生活適應及休閒態度影響效果之研究，初等教育學報第九期，國立台南師範學院。
- 費雯綺等(1998)：植物保護手冊，台灣省政府農林廳。
- 梁永安(譯)(1999)。托斯卡尼艷陽下(原作者：芙蘭西絲·梅耶思(Frances Mayes))。臺灣商務。
- 梁永安(譯)(2000)。美麗托斯卡尼(原作者：芙蘭西絲·梅耶思著)。台灣商務。
- 許仁宏、吳玉珍(1998)：園藝學，徐氏基金會。
- 楊梨鶴 (2004)：新屋桃花源，商周出版。
- 劉熙、廖本裕(1997)：無土蔬菜栽培，五洲出版社。
- 鐘秀媚(2007)。幸福香花在我家。台視文化。
- 鐘秀媚(2007)。居家組合盆栽實用手冊。台北：上旗文化。
- 鐘秀媚(2007)。居家花草實用手冊。台北：上旗文化。
- Clement, T. (1988) . African Violet , David & Charles.
- Hyams, E. (1968). The English Garden. Book Club Association: London
- Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. Science 224:420-421
- Robey, M.J. (1988). African Violet-Gifts From Nature, Cornwall Books,
- Brookes, J. (1989). The Small Garden. Tiger Books International PLC: London

- Ulrich, R. S. and R. Parsons. (1992). Influences of passive experiences with plants on individual well-being and health, p. 93-105. In: D. Relf(ed.). The role of horticulture in human well-being and social development. Timber Press, Portland, Ore.
- Davis, S. (1994). People-plant relationship (Flagler, J, Poincelot, R)
- Mitchell, H. (1996). A Practical Guide to Using Horticulture as a Therapeutic Tool. Canada : Homewood Health Centre
- Gerlach-Spriggo, N., Kaufman, R. E & Warner Jr, B. (1998). Restorative Garden The Healing Landscape, New Haven, Yale University Press
- Hagedorn, R. (2000). Tools for Practice in Occupational Therapy , Edinburg : Churchill, Livingstone
- Ulrich, R. S. (1999). Effects of Gardens on Health Outcomes: Theory and Research in Cooper Marcus, C. C & Barnes (eds) Healing Gardens N.Y. John Willey & Sons, Inc.

十一、 雜誌、期刊：

- ▲ 綠生活雜誌
- ▲ 興大園藝
- ▲ 農業週刊
- ▲ My Garden 花草遊戲

十二、 教師簡歷

林一真

現任：馬偕醫學院全人教育中心教授暨心理諮商中心主任
美國園藝治療協會註冊園藝治療師
天才學前教育所創辦人
中華民國諮商心理師
台灣諮商輔導委員會常務監事

簡歷：美國紐約州立大學— Albany 分校教育博士

美國紐約州立大學- Albany分校哲學博士
國立師範大學教育心理系學士
中國測驗學會理事長
陽明大學教授兼學生輔導中心主任
台北市立師範學院教授兼輔導中心主任
私立輔仁大學應用心理系教授
美國紐約州立大學- Albany分校助教
台南市金城國中導教師