

「你要跟我說謝謝」

--由恩主公早療中心園藝治療談起

園藝治療師 黃盛璘

和恩主公醫院早療中心談好十一堂針對早療兒童進行園藝治療。

由社工傳來七位報名孩童的狀況，年紀最小的兩歲半，最大的不過六歲；大部份是語言發展遲緩，其中有兩位是自閉症兒。語言發展遲緩，可不代表其它感官也遲緩，於是我決定用十堂來測試及打開他們的五感(視覺、嗅覺、聽覺、味覺和觸覺)，最後一堂再做個五感「統合」活動。

七位兒童中，只有一位女生。我們自然就稱她為「小公主」。小公主被鑑定為「非典型自閉症」。第一堂，幾乎是在嗯嗯啾啾的泣中渡過。但，她的指尖觸感非常靈敏，一旦觸摸到喜歡的東西，她會馬上沈浸在享受的專注狀態中。她是位「觸覺型」自閉症小孩。

第一堂要大家用白膠粘香草做一張花草名牌。她沈浸在沾白膠的手指粘上薰衣草的感覺。和人沒有溝通。

第二堂，包花草茶。她撫抓著乾燥花草，不肯拿給媽媽。喜歡看相機裡的照片，會問單句：「是誰？」「媽媽」

第三堂，種豌豆、吃豌豆苗。發現不只是「觸覺」而已，她其實在「看」，看週遭、看別人怎麼做。

第四堂，做洋葱娃娃。發現她頻頻打呵欠。她「聞」到了洋葱傳出來安神的物質。她不只「觸覺」、「視覺」，「嗅覺」也很敏銳。

隨著感官的開發，她不再躲在自己內心世界，她會走出來「發材料」給其它小孩，雖然常常發錯。接著，她試著發聲，發出一長串我們聽不懂的話語，她想要溝通了。

到了第八次，我們對小孩說：「拿到東西要說謝謝。」其中一位小孩發材料時，總是說：「你要跟我說謝謝。」換她發時，她拿著材料給另一位孩童竟也學著說：「你要跟我說謝謝。」當下，我張大嘴巴和她媽媽對看了一眼。太神奇了！她語言出來了！那次，她的行為評量表由前幾次的①一下躍進②！

透過課程活動，我們也看到其它小孩的進步，較沒自信的小哲講話聲音愈來愈大聲了；自閉症的小柏，到了第七堂竟能整堂安靜的完成作品；小恩是班上模範寶寶，很努力試著說完整的一句話；小儒是班上語言表達最好的孩童，但需常提醒飄走的注意力；而最小的小瑋在跟大家互動過程中，學著行為約束……

透過課程，我們讓孩童接觸植物、土壤和水，在接觸的過程中打開五感，五感一旦打開了，就像「芝麻開門」的魔咒一樣，靈魂甦醒了，自然的內心世界的大門就做開了。

這就是植物的療癒力量！

園藝治療是什麼？

「園藝治療」簡單的說，就是利用栽種植物和製作與植物有關的園藝活動，來改善、調整人的身、心、靈。園藝治療的最大特色就在它運用的媒介「植物」是個

生命體，在照顧植物的過程中，會一直感覺到生命的變化：發新芽、新葉、花開、花落，生生不息。當我們感覺到有個生命需要照顧、呵護的時候，相對的便能夠增加對自我的肯定，再度與生命連結，喚醒生命力。

而兒童的園藝治療更是要與自然教育、生命教育和生態教育做結合。從課程活動中，來學習--

一、植物的觀察：從種子到發芽、開花、結果的觀察，進行生命教育。

二、利用數盆鉢、算種類、測量土地等來進行數學教學。

三、利用植物香味和質感來進行對觸覺、嗅覺等五感的刺激。

四、藉由植栽的過程，了解大自然的運作力量，進行自然及生態教育。

這幾年的園藝治療工作，讓我深深體會到--我雖號稱是「園藝治療師」，但真正進行治療工作的，其實不是我，是植物。我的工作只是把適合做園藝治療之植物找出來，了解他們的生命特色，再將這些特色設計成有趣的課程和活動。透過這些課程和活動讓人與植物建立起良好的關係；透過植物之栽種與照顧，讓小孩有機會接觸到土壤、水、太陽等等大自然的元素。而這些大自然元素會讓孩子們長得更茁壯、更健康。甚至有科學家已透過白老鼠實驗，證明土壤中的細菌(牡牛分枝桿菌)，會幫助提升學習能力並緩合情緒低落。

在這與大自然日漸疏遠的現代生活，我這個園藝治療師希望能將大自然訊息帶給所有需要的人，在大自然的撫慰下，讓大家的身心靈都得到寧靜與健康。