

(十三) 園藝與心理健康

1. 成果資料

國立臺中科技大學 109 學年度內涵服務學習課程成果表

一、課程基本資訊			
課程名稱	園藝與心理健康	辦理期別	☐ 上學期 ☒ 下學期
開課單位	通識教育中心(博雅通識課程)	課程屬性	☐ 專業課程 ☒ 通識課程
任課老師	林俊德	系所/職稱	通識教育中心副教授
開課年級	四技三年級/二技一年級	必/選修	☐ 必修 ☒ 選修
學分數/時數	2 學分/2 小時	人 數	1. 修課人數：合計 <u>43</u> 人 (含男 <u>7</u> 人、女 <u>36</u> 人) 2. 校外服務人數：合計 <u>0</u> 人 (含男 <u>0</u> 人、女 <u>0</u> 人) (因疫情未去校外服務)
學期服務次數	1. 全班：合計 <u>0</u> 次 2. 個人：合計 <u>0</u> 次 (原本規劃服務 1 次，因疫情未去)	服務單位如何擇定	☐ 學生 ☒ 教師 ☐ 學校安排
服務時數	每人 <u>0</u> 小時	服務時段	☒ 課堂 ☐ 課餘時間
二、課程符合通識中心核心能力之向度			
<u>5 %</u>	G1 自我意識覺醒與自我反省能力	<u>10 %</u>	G6 科技與科學素養
<u>5 %</u>	G2 獨立思考與表達溝通思維	<u>30 %</u>	G7 生命與社會人文關懷
<u>5 %</u>	G3 品格道德與倫理價值陶冶	<u>20 %</u>	G8 自然環境的關懷與感知
<u>5 %</u>	G4 宏觀的國際視野與胸襟	<u>10 %</u>	G9 跨界團隊合作學習能力
<u>5 %</u>	G5 民主與多元文化的認同與尊重	<u>5 %</u>	G10 美學與多元媒體涵養
三、課程目標			
1. 培養心理健康概念及行為。 2. 認識綠色植物及其於心理健康層面之應用。 3. 學習使用園藝媒材於助人行為或人際互動。 4. 養成人文及大自然之關懷精神。 5. 探討自我與綠自然 (園藝) 的互動以省思自我及生命。			
四、課程內容			
1. 學習心理健康概念。 2. 結合園藝活動操作，融合心理健康作為。 3. 透過接觸園藝及綠色植物培養環境關懷之態度。 4. 融入服務學習作為及概念於綠色環境之關懷。 5. 透過團隊合作，在接觸綠色環境中學習為他人付出及服務。			
五、教學策略			
1. 園藝及心理健康基礎概念：課程初期，透過相關概念教導以使其獲得相關訓練。 2. 專業知識及應用之學習：課程中期，透過園藝治療概念之實務操作及參訪過程，提升學習者理解園藝植物之心理健康領域應用。			

3. 服務學習：課程後期，原本規劃透過老人養護機構之參訪及其綠色環境之接觸、互動，以團隊形式引導學習者關懷高齡者及透過綠色植物媒材之互動，培養其人文關懷及綠色照護之情操，可惜因為疫情因素未成行。

六、各階段工作及各週流程

準備	1. 課程安排與規劃 2. 基本概念教導 3. 服務地點尋找與行前說明 4. 服務行程行前說明	第一週：課程介紹。 第二週及第三週： 1. 與業師聯絡，安排課程、聯繫合作服務機構， 2. 擬定服務計畫等、蒐集學生資料(行程投保所需)。 3. 行程規劃及預訂遊覽車。 第三週至第十週： 1. 課程分組，並介紹各組組名植物與自身的關聯。 2. 業界專家來課堂上授課，提供相關園藝技巧與知識。 3. 利用課程，讓學生實際接觸大自然，實際感受植物的療癒。 4. 透過課程的學習，應用園藝在長期照護。
服務	每六人一組，組成綠色照護小組，原規劃於安養機構參訪過程中提供高齡者綠色照護服務，但後因疫情未成行	第十一週～第十五週： 1. 介紹園藝治療與心理健康實務課程及服務概念。 2. 計畫於 6/5(六)進行安養機構高齡者服務。 第十五週：原定進行綠色照護(老人養護機構)參訪活動，但因疫情加重取消。故採線上介紹園區及透過影片方式讓同學學習如何對高齡者服務。
反省	1. 進行檢討 2. 書寫服務心得 3. 反思及回饋課程	第十七週： 1. 課程回顧，小組內部討論及檢討。 2. 檢視課程所遇到的問題並解決。 3. 引導學生在課程中所感受。
慶賀	期末線上成果發表	第十八週： 1. 線上進行各小組課程期末學習分享。 2. 參訪行程心得分享。

七、合作機構

機構名稱/聯絡人	彰化縣政府立案慈恩老人養護中心/賴 O 文
機構電話	04-8681478
機構地址	sn8681***@yahoo.com.tw
服務工作項目或內容	老人安養及照護 (透過園藝治療媒材分組進行之)
合作模式	原本規劃引導修課學生於參訪機構期間提供分組老人綠色照護活動(以綠色植物媒材與高齡者互動)，後因新冠疫情未成行

八、服務進行方式

原定 6/5(日)前往慈恩老人養護中心，但因 covid-19 國內疫情升溫，故無法前往。

九、評量方式

1. 出席及活動參與：30%
2. 個別報告：30% (包括科博館參訪及園藝治療活動之參與)
3. 分組報告：40% (服務學習活動參與)

十、服務效益	
1. 本課程實際修課人數為 42 人，除學習園藝及心理健康相關知能外，教學者另外結合相關資源，如綠色環境及養護機構供學習者參與及進行體驗活動。 2. 本課程另外提供園藝治療相關媒材(園藝及植物盆栽素材)及知識與技巧學習，教學者另外聘請園藝治療專家提供授課及經驗分享，以提升學習者對綠色園藝使用及應用能力。 3. 透過綠色園藝、植物之媒材及心理健康概念之引導，使學習者可將園藝活動融入個人的心理健康及照護活動中。 4. 於心理健康及園藝活動等先備知識完成後，規劃參訪活動，包括科博館植物園解說活動及大肚山戶外自然教室，以學習心理健康實踐，原規劃參訪彰化縣二林鎮慈恩老人養護中心之高齡者綠色照護活動(與高齡者透過園藝媒材的互動)，惟受疫情影響，只能將活動取消，而以線上方式講解服務過程及可能之服務效益，三項活動共計 126 人次參與。 5. 參與園藝與心理健康之影響，令學習者可理解並學習關心周遭綠色植物與環境及心理健康的關聯，另則習得園藝治療技巧，提供自己及周遭他人(如高齡者)之心理健康照護。	
十一、延續性規劃及具體作法	
期待透過相關課程教學及服務學習參與，提升學生對環境及周遭人文之關懷，在其生涯發展歷程中，有別於一般學習歷程之體驗，進一步養成自我心理健康之關照及對綠色環境的關懷，塑造個人對周遭環境的關注及學習個人與環境的生命對話概念與作為，以提升個人生命品質及關照周遭他人、愛護所處環境等。	
十二、檢討與未來建議	
檢 討	1. 本門課之教學，除授課教師提供園藝治療與心理健康相關知識與技巧教授外，亦另外聘請三位校外該領域專家協同授課，對學習者提供盡可能相關知識與技巧之學習資源。雖申請服務學習課程，然經費相當有限。本學期因疫情關係，雖無實際到老人養護中心，但如依照原先課程計畫出發，在扣除交通費後，即不足支應其他資源；為使學習者能體驗將學習融入社會服務之考量，其受服務單位需至郊區之老人安養中心，方有足夠之園藝治療情境。行政單位雖已有經費補助，但仍期待能有更充裕之經費協助。 2. 由於本門課之開課時段，需配合博雅通識課程規劃，修課學生雖已多元，然能仍集中在少數商業類科，其學習者過去之學習基礎，如人文關懷及相關科普知識之匱乏，相當可惜於未必皆能體驗課程規劃之盡心盡力，仍有極少數學習者未能盡力於學習，導致學習資源浪費，若有足夠之人文素養及基礎知識，相信資源更能發揮效果，故建議校方可多提供人文方面如生命關懷等類似的課程選修，以提升本校學習者人文關懷之胸襟與精神。
未來建議	1. 建議學校能夠提供本課程相關經費補助，使同學們課程資源無缺漏之憂。 2. 建議學校加開相關人文素養課程，提升學生整體對於該類型課程的認識，而非單只是商學院的少數同學擁有學習此類型課程的機會。
十三、教師經驗分享	
本門課相當感激職涯中心服學組之經費補助，使本門課可盡量提供學生之學習資源，另有幾點發現，提供參考： 1. 透過園藝活動，能有效提升學習者心理健康概念，使學生關照自身與周遭環境之互動，並能學習關懷大自然。 2. 藉由園藝治療相關技巧之學習，用以服務高齡者，確實能達成學生及受輔老人甚至是家中長者，即多方之正面效益，包括學生對老人之關懷，及老人們的心情愉悅；園藝媒材是一項代間服務的良好媒介，能實際提升學生服務學習效果。 3. 以動手做的方式，即所謂「做中學」可有效提升學習者專注度及學習效果，亦可課程充滿創意及有趣的情境，提升學習者學習效能。	



3/11 小組組名報告

同學分享自身與小組組別的植物的故事，
了解就算是一株平凡的生命，也有不同凡響的回應



3/25 種子畫製作

同學透過一帆老師帶來的創作分享，
研究該如何透過植物種子來構圖。



4/8 多肉植物栽培

同學運用彥睿老師帶來的多樣多肉植物，
運用自身的小巧思，拼湊屬於自己的療育小盆栽。



4/15 植物園參訪

實地走訪植物園，能發現生活周遭早已存在但平常並注意到的植物類型，也因走訪植物園，認識了更多植物！



植物園參訪完畢後，全班同學在植物園門口合照。



4/22 草頭寶寶製作

藉由種子發芽做為媒材，運用個人創意創作出獨一無二的草頭寶寶！