

# 园艺

## 康复治疗技术

刘刚 冯婉仪 主编



华南理工大学出版社  
SOUTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

# 园 艺

## 康复治疗技术

YUANYI KANGFU ZHILIAO JISHU

●主 编 刘 刚 冯婉仪

●副主编 陈景杰 郭翰琛 赖洁暖



华南理工大学出版社  
SOUTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

· 广州 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

园艺康复治疗技术 / 刘刚, 冯婉仪主编. — 广州: 华南理工大学出版社, 2019.3

ISBN 978-7-5623-5839-8

I. ①园… II. ①刘… ②冯… III. ①康复医学 IV. ①R49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 247068 号

## 园艺康复治疗技术

刘 刚 冯婉仪 主编

---

出 版 人: 卢家明

出版发行: 华南理工大学出版社

(广州五山华南理工大学 17 号楼, 邮编 510640)

<http://www.scutpress.com.cn> E-mail: [scutc13@scut.edu.cn](mailto:scutc13@scut.edu.cn)

营销部电话: 020-87113487 87111048 (传真)

策划编辑: 赖淑华

责任编辑: 陈苑雯 骆 婷

印 刷 者: 广州一龙印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 10.75 字数: 202 千

版 次: 2019 年 3 月第 1 版 2019 年 3 月第 1 次印刷

印 数: 1~1000 册

定 价: 98.00 元

---

版权所有 盗版必究 印装差错 负责调换



刘刚

● 南方医科大学第三附属医院康复医学科主任，主任医师，医学博士、博导。美国哈佛大学博士后，韩国京东大学客座教授，广东省杰出医学人才、羊城好医生、岭南名医。

● 致力于康复医学发展新模式的探索，推动康复医疗向疾病早期的前移和向基层的延伸，在国内综合性医院推广园艺康复治疗技术的应用。



冯婉仪

● 专业认证

注册园艺治疗师

(美国园艺治疗协会，香港园艺治疗协会)

注册社会工作者

● 国际奖项

2015年蕾亚·麦肯迪尼斯专业服务奖，  
美国园艺治疗协会

(2015 Rhea McCandliss Professional  
Service Award, AHTA)

网址：[www.hkath.org](http://www.hkath.org)

邮箱：[connieyyf@hkhtcentre.com](mailto:connieyyf@hkhtcentre.com)

策划编辑 赖淑华

责任编辑 陈苑雯 骆 婷

试读结束：需要全本请在线购买：[www.erfongbook.com](http://www.erfongbook.com)

---

## 编委会

---

主 编 刘 刚 冯婉仪

副主编 陈景杰 郭翰琛 赖洁暖

参 编 陈良华 陈纳斯 邓红玉 金炯得  
旷 丽 刘丹丹 梁健恒 麦舜欣  
袁晓梅 张真真

摄 影 陈景杰 旷 丽

模 特 倪志玲 郑海燕 张真真

# 序

“采菊东篱下，悠然见南山。”

我十分喜欢这句诗所表达的意境。当我们回到大自然，总是那么地放松和悠然自在，大自然能够让我们悟出种种人生哲理。这正是园艺治疗所追求的目标：串连人与大自然，发挥植物疗愈力，达到身心健康。也正因如此，香港园艺治疗协会才会为期刊取名《悠然》。

自1998年推广园艺治疗至今，我与美国、加拿大及亚太区园艺治疗伙伴建立了合作关系，并在两岸四地推广及举办认证课程，并于2014年6月出版《园艺治疗——种出身心好健康》；2016年在广州举办的园艺治疗与疗愈景观国际学术研讨会上，我借此机会认识了南方医科大学第三附属医院康复科刘刚主任。如此机缘，才成就了本次与南方医科大学第三附属医院康复科的合作——编撰《园艺康复治疗技术》一书，盼能从专业角度为医学康复提供园艺治疗理论及活动设计的方向。

全书分两大部分：第一部分为园艺治疗的定义和理论，从国际视野阐述园艺治疗的发展、治疗活动设计需要考量的因素、园艺治疗活动的分类及应用等；第二部分从医学康复的角度分享在康复领域开展园艺活动的探索及所得经验，抛砖引玉，使园艺治疗在医学康复领域得以持续开展。

通过双方的合作，希望能将专业的园艺治疗理念及实证经验与医学领域中有志从事园艺治疗的人士分享。衷心期盼《园艺康复治疗技术》的出版，能够将园艺治疗的种子播撒在医学领域，在更多医学康复界人士心田开花结果，以生命影响生命。

冯婉仪

香港园艺治疗协会会长

2017年3月

# 前 言

园艺，一个听起来十分惬意和舒畅的专业方向，似乎和严谨的医学没有什么关系。但是，本书将向您介绍一个全新的康复领域——园艺康复治疗技术。

园艺康复治疗技术是一项专业的康复治疗技术，自起源以来已经被广泛地应用于医学、建筑、心理、园林景观、社会服务等诸多领域。我国三国时期著名的历史人物刘备，就曾经通过种菜来排解自己不能报国的苦闷并隐藏自己的远大志向，从而有了著名的历史典故“煮酒论英雄”。1812年，英国精神病学家 Benjamin 发现，种植活动可以帮助精神病患者改善精神和躯体状况，由此，园艺活动开始被用来治疗有心理和精神障碍的患者。随着世界各地同行的不断实践，园艺疗法作为治疗精神疾病重要干预手段的地位得到了确立。1917年，Bloomingdate 精神病院推出了针对不同类型的人群的一系列园艺治疗教育项目，开创了供医疗专业技术人员学习的专业内容。1973年美国成立了园艺治疗和康复全国委员会，也就是现在著名的美国园艺治疗协会（AHTA）。近年，AHTA 建立健全了园艺治疗师的培训和认证体系，使得很多人获得了园艺治疗师的专业称号。1978年英国成立了欧洲第一个园艺治疗组织，即英国园艺疗法协会。1995年日本创立园艺研修会，1997年10月，在日本岩手县举办了首届世界园艺疗法大会。2008年香港创立园艺治疗协会。20世纪90年代，园艺疗法首先以科普知识的形式出现在中国内地，随后便引起了建筑园林学专家密切的关注，并在园林和建筑景观的设计、园艺景观功能、康复花园的设计等方面出现了多个研究机构和研究方向。

近一年以来，在国内康复医学界兴起了研究园艺治疗技术的学术热点。本书从康复医学的角度，系统地归纳了园艺康复治疗的发展脉络，对医疗机构内园艺治疗的发展过程做了清晰的梳理；还从康复治疗的角度分析了园艺治疗的优势，认为园艺治疗是综合治疗措施的有效整合方法，是多任务治疗的良好载体，它不但促进了单项功能的进步，而且更加强调了训练技能的综合运用，是更加符合生活状况的功



能训练,有利于在医疗、养老、护理等工作中指导教学和实践工作,适宜推广和应用。本书重点介绍了医疗机构内园艺治疗执行的具体方法,为有兴趣开展园艺治疗的医疗单位提供了临床思路。园艺治疗是对现代康复治疗技术的一个有效的补充,该领域有广阔的发展空间。本书填补了国内园艺康复治疗技术缺乏系统论著的空白,可以用作康复医学、康复治疗学、临床医学、护理学的教学和工作专业书籍,也可以用作养老、照料、社工及残联系统业务指导及培训用书。

每一个和我因园艺而结识的朋友都会问我,我是如何把园艺和康复医学结合在一起的,我都会给他们讲一个这样的故事。2015年是我工作非常繁忙的一年,每天都要面对大量的临床、科研和学术交流工作,整个人都因繁重的工作而感到身心疲惫。9月的一个夜晚,当我一如既往地入睡后,我进入了一个奇妙的梦境。梦里我来到一片奇幻森林,那里绿草如茵、阳光缥缈、百合飘香,我仿佛长出了一双翅膀,时而在草地上畅快疾驰,时而在林间悠然盘旋,心情无比地放松和舒畅。突然间,几片落叶从我眼前飘过,我正要伸手去拿,就忽地醒了。醒来后我的头脑异常清醒,我清晰地意识到,梦境中的景象正是来源于对平时工作压力的逃离和释放。我不禁联想,都市人群纷纷在自己的房顶种菜,或是周末到田间来采摘,这都是人性中对植物的天然亲近感,是生物共生共存的共鸣和认同。

突然,一个念头闪现在脑海中,我们是否可以将植物的种植应用在患者的康复治疗中呢?这将极大地改善我们的治疗环境,丰富治疗内涵,提高患者训练的积极性,促进患者回归社会,实现自我价值,这个想法令我兴奋无比。

多年的康复实践告诉我,园艺治疗起源于精神康复,作为康复作业治疗技术也已经被写入教材多年,但很少有医疗机构去实践这个康复治疗技术。缘何如此?皆因各个康复医学科缺少场地和专业的人才。因此,2015年,我们利用病房中一个闲置的天井,将其改造成园艺治疗活动中心,充分地利用地面、墙壁的空间,种植各种植物,并将活动中心分成若干个功能区域开展功能训练,将园艺治疗融入到运动治疗、作业治疗、语言治疗和床边治疗中去。经过两年的实践,园艺治疗从最初简单的植物栽种,到感官花园的设计,不但丰富了康复治疗的内涵和外延,患者的康复治疗也由被动转向了积极主动。

撰写本书是希望可以帮助有意从事园艺康复治疗的同仁,启发大家如何利用园艺治疗改善患者的功能障碍,提高患者的主动康复意识,改善患者的心境和生活态

度，再次实现社会价值。

在开展园艺治疗的过程中，我们得到了香港园艺治疗协会冯婉仪会长、广州市越秀区馨和社会工作服务中心赵娟理事、华南理工大学袁晓梅教授的大力支持和帮助，并且经过多次国际、国内学术会议的交流，让我们在园艺治疗的培训、宣传、景观设计、康复应用等方面取得了广泛的共识。

书籍的编写分工如下：第一章冯婉仪、金炯得，第二章陈景杰、邓红玉、刘刚，第三章麦舜欣，第四章郭翰琛，第五章赖洁暖、刘刚，第六章陈良华、刘刚，第七章张真真、刘刚，第八章刘丹丹、刘刚，第九章旷丽、刘刚，第十章陈纳斯、刘刚，第十一章袁晓梅，附录梁健恒。此外，还要感谢陈景杰和赖洁暖在书籍出版过程中的整理、核对和校订工作。

此书的编写得到了南方医科大学第三附属医院康复医学科各位同事的大力支持，他们奉献了很多个人休息时间来撰写和拍照，在此表示感谢。最后，希望园艺康复治疗技术可以促进康复治疗技术的进步，改善患者的生活质量，造福患者，造福社会。

刘刚

2017年3月于广州

# 目 录

第一章	园艺治疗概述	/ 1
第一节	园艺治疗的起源	/ 1
第二节	园艺治疗的内涵	/ 5
	一、园艺治疗的定义	/ 5
	二、园艺治疗的效益	/ 8
	三、园艺治疗活动设计流程	/ 8
第三节	园艺治疗的发展	/ 9
第四节	一点心声	/ 11
第二章	园艺治疗与康复医学的关系	/ 12
第一节	园艺治疗与康复医学的各自特点	/ 12
	一、园艺治疗的多重特点	/ 12
	二、园艺治疗的基础——感官刺激	/ 12
	三、康复医学的概念及组成	/ 13
第二节	园艺治疗与康复医学的内在联系	/ 14
	一、园艺治疗与康复医学的治疗目标	/ 14
	二、园艺治疗与作业疗法	/ 14
	三、园艺治疗与物理疗法	/ 15
	四、园艺治疗与心理康复	/ 15
	五、园艺治疗与认知康复	/ 16

## 目 录

- 六、园艺治疗与言语治疗 / 17
- 七、园艺治疗在康复疗养空间中的必要性 / 17

### 第三节 园艺治疗与护理的关系 / 18

- 一、护理的目标是实现个体的最大潜能 / 18
- 二、园艺治疗体现在护理与整体人科学理论的融会贯通 / 19
- 三、园艺治疗与护理相结合的发展前景 / 21

## 第三章 开展园艺治疗的条件 / 22

- 一、目标制定 / 22
- 二、资金与人力 / 24
- 三、场地与工具 / 26

## 第四章 园艺治疗技术的分类和应用 / 30

- 一、盆栽种植 / 30
- 二、鲜花及干花应用 / 38
- 三、植物美术 / 45

## 第五章 园艺治疗技术在医院中的应用 / 49

### 第一节 医疗机构开展园艺治疗的必要性 / 49

### 第二节 医疗机构开展园艺治疗的注意事项 / 50

### 第三节 医院内开展园艺治疗的模式 / 51

- 一、植物果蔬栽培 / 51
- 二、植物修剪 / 53
- 三、微景观的设计和制作 / 54
- 四、插花 / 55
- 五、压花制作 / 55
- 六、植物书签、植物画制作 / 56
- 七、感官刺激 / 56
- 八、枯山水园艺治疗 / 57

## 第六章 园艺治疗技术在上肢功能康复中的实践 / 58

- 活动名称：花团锦簇（插花） / 58
- 活动名称：节节高 / 60
- 活动名称：大珠小球落玉盘 / 61
- 活动名称：花卉香囊 / 63
- 活动名称：爱心鸟巢 / 64
- 活动名称：圣诞花环 / 65
- 活动名称：播种希望 / 67
- 活动名称：心花怒放 / 69
- 活动名称：浪漫七夕 / 70
- 活动名称：子孙满堂 / 72

## 第七章 园艺治疗技术在下肢功能康复中的实践 / 74

- 活动名称：不走寻常路 / 74
- 活动名称：车轮滚滚（碾药草） / 75
- 活动名称：秋天的触觉（踩树叶） / 76
- 活动名称：蚂蚁搬家 / 77
- 活动名称：手可摘星辰 / 79
- 活动名称：润物细无声 / 81
- 活动名称：柳暗花明又一村 / 82
- 活动名称：登高望远 / 83
- 活动名称：峰回路转 / 84

## 第八章 园艺治疗技术在认知康复中的实践 / 86

- 活动名称：干花制作 / 86
- 活动名称：植物相册 / 88
- 活动名称：声声不息 / 89
- 活动名称：风随我动 / 91
- 活动名称：酸甜百味 / 92
- 活动名称：瓶栽世界 / 93
- 活动名称：最美的花送给你 / 94
- 活动名称：色彩缤纷 / 96
- 活动名称：花之舒展 / 97
- 活动名称：拼拼看 / 98
- 活动名称：美妙的一天 / 99

## 第九章 园艺治疗在卧床病人康复训练中的应用 / 100

- 活动名称：闭月羞花 / 100
- 活动名称：碧玉妆成 / 101
- 活动名称：余音绕梁 / 103
- 活动名称：星如雨 / 105
- 活动名称：为有暗香来 / 106
- 活动名称：庄生梦蝶 / 107
- 活动名称：化作春泥更护花 / 108
- 活动名称：乱花渐欲迷人眼 / 109
- 活动名称：欲语还休 / 110
- 活动名称：花样追忆 / 111
- 活动名称：百花物语 / 113
- 活动名称：插花 / 114

## 第十章 园艺治疗技术在改善住院环境中的应用 / 116

### 第一节 怎样用园艺治疗美化病房环境 / 116

- 一、园艺场所美化的整体依据 / 116
- 二、病区园艺场所美化的步骤 / 117
- 三、植物的选择 / 117

### 第二节 园艺治疗在改善病房环境中的实践 / 120

- 一、病区走廊的园艺布置 / 120
- 二、护士站的园艺布置 / 121

## 目 录

- 三、医生办公室的园艺布置 / 122
- 四、园艺活动区（户外小花园的设计） / 122
- 附：本章图片来源 / 128

## 第十一章 园艺治疗花园的设计与维护 / 130

- 一、概述 / 130
- 二、园艺治疗花园设计 / 132
- 三、园艺治疗花园的维护 / 142
- 附：本章图片来源 / 144

## 附录 香港园艺治疗协会的培训认证制度介绍 / 147

- 一、香港园艺治疗协会的培训课程 / 147
- 二、香港园艺治疗协会的实习认证制度 / 151



# 第一章 园艺治疗概述

## 第一节 园艺治疗的起源

一颗细小的向日葵种子，看似平淡无奇，却隐藏着无限的生命力。我满怀希望地将这粒种子放入泥土，数天后，嫩芽破土而出。小苗渐渐成长，枝茎幼嫩细长，需要我的细心照料，才能茁壮成长。终于等到开花时，花儿在太阳下灿烂地向着我们笑。随着时间流逝，花儿渐渐枯萎，我们就可以采收种子，再次播种，孕育生命。透过一颗小小的向日葵种子，就能让我们体验到期盼、等待、开心的心情，经历盛衰与重生，从而启发对生命的种种感悟（图 1-1-1 至图 1-1-4）。



图 1-1-1 嫩芽破土而出



图 1-1-2 悉心照料下茁壮成长



图 1-1-3 艳阳下，开花了



图 1-1-4 纵然凋谢仍带着种子和希望