

安寧病房的春天

— 園藝治療在安寧病房的運用

圖、文 | 黃盛璘

一轉眼，進長庚醫院安寧病房帶「園藝治療」已六年了。回想2009年，一次意外接獲社工來電：「老師，我們想將園藝治療帶進安寧病房，可能嗎？」我陷入苦思：該如何以園藝治療來幫助即將面對人生最後一段旅程的人呢？園藝治療，顧名思義，就是運用園藝活動來改善並調整人的身、心、靈；作為園藝治療師，面對幾乎是躺臥病床的朋友，要怎樣施展園藝治療的魅力，讓植物成為協助他們找尋人生意義的另一幽徑？

沒想到，在我讀到《南丁格爾與近代護理》一書下面這兩段話時，卻得到啟示：

「醫院最好的位置是在市郊，醫院外面就是一個植物園，裡面養些溫馴的小動物；對於長期病患而言，一聲鳥叫，會給他們帶來很多欣慰。」

「看不到天空的病房，對病人的心靈是個很大的虧損，而心靈的痛苦比身體的苦痛更深刻。人就是需要看到天空，甚至在床邊擺幾朵小花，對於一個殘弱的病人都是很大的鼓舞，為心靈帶來喜悅。」

安寧病患更需要陪伴

南丁格爾的這些叮嚀猶如醍醐灌頂：是呀！園藝治療不就是要讓走不出醫院的病人，也能享受花草帶來的心靈撫慰與生命的喜悅？

就這樣，一邊摸索、一邊觀察，在社工、護理長的全力支持下，六年來，愈耕耘愈發體會護理長

說得對：安寧病房不是等死的地方，安寧病人更需要生命的陪伴。

病患教我的事

這一天，我們要帶領大家紮一個承載著祝福的水苔球，一位坐輪椅、插著鼻胃管的病友，由照服員推了進來，他看來很沒精神，詢問他是否想加入，他無力地搖搖頭，躲到窗邊，遠遠地看著我們。我們不想勉強他，先邀照服員加入，我們邊做邊聊天：「今天要用植物紮個水苔球，它很好養，可以放床頭，也可以送人；你有想送的人嗎？」照服員馬上詢問他：「對呀！要不要送給妹妹？」妹妹常來探視他、照顧他，這個建議似乎打動了他，不覺地他挪動身軀，靠過來看個究竟。「可是，手沒力氣，又會抖……」「沒關係，我們一起合作。」



充滿童趣的床頭植物，可以改變病房的低氣壓。



八樓長廊上，整排室內植物佈置成一個室內花園。

那天，他和志工合紮了水苔球，並在卡片寫上：「妹妹，我愛你！」表達對妹妹的感謝。

接著走進來一對夫婦，他們面帶愁容、不吭聲，各自捏了一個水苔球，然後插上祝福卡，分別寫著：「寶貝，滿滿的愛永遠給你！爸」、「寶貝，不管你在哪裡，媽媽都希望你幸福快樂！」原來這一對夫婦正面對失去愛女的痛苦……

看到植物撫慰與療癒的力量

還有一次，活動主題是水瓶插花設計，一臉疲憊的阿嬤走進來，她原是來探望親人的，正好到處逛逛、透透氣，便湊過來觀摩一下，在志工鼓勵下，她也動手做；當水瓶插上鮮花、完成作品後，阿嬤展開了笑顏，讓當下的我馬上被她的笑容觸動了。

也有來探望父母、長輩的小孩，看到至親在病中受苦，他們驚慌無措的表情，讓人憐惜這麼小的年紀，就得面對生死課題；於是，我教他們用植物做卡片，藉以向至親表達內心的祝福。

在這一次又一次的活動中，我看到了植物的撫慰與療癒力量，我已確信：園藝治療必然可以在

安寧病房推廣，我也將投身這個園地，藉植物的魔力，即便在凋零前一刻，生命仍可容姿煥發。

在醫院支持下，我們先在安寧病房一整排落地窗的長廊，種上一排室內植物，佈置成長廊裡的室內花園；由於室內植物多為常綠植物，為了多點花色，我們在春秋兩季增加一些當季時節的花卉點綴，由這些季花帶出春天和秋天的氣息。

在建立長廊花園後，我們發現，病友及家屬開始走動了，他們願意踏出病房，前來觀賞，也願意坐在植物旁的椅子上；當電梯門一打開，首入眼簾的景象滿是綠意和花色，隨視覺變化，心情也開朗起來。

傳遞生命氣息與祝福

植物是需要細心照顧的，你用多少心血照顧，它就回報你多少；長廊花園不大，但枝葉繁茂，傳遞出植物旺盛的生命力，看著它們，讓人不知不覺中感受到生命的力量，似乎也獲得鼓勵和希望。

而園藝治療課程教導大家親手製作的成品，最後我一定要求寫上祝福卡，可以送給自己，當做

愛的鼓勵，也可以送給家人、朋友或陪伴者、照服員；藉由植物，練習將祝福訊息傳遞出去。

在課程要求的創作過程中，需要專心一致，病人可藉此暫時拋棄現實紛擾，進入單純自我的世界；而作品形成過程中的成就感和自我肯定，也會跟著自然浮現；相信這些小小的滿足，可以改變因病痛而低落的心情。



看到病友作品再現窗台，我們就知道：又有一位病友離去了。

安寧園藝課程的特色

經過一次又一次的嘗試，逐漸地摸索、掌握了安寧病房課程設計的特性：

一、是單元劇、不是連續劇：

由於病友來日的狀況難料，這次來參加，下一次不一定能再看到，家屬及陪伴者也無法每次都來；因此，課程無法朝以連續性的內容設計，例如播種、扦插等；而必須是每次都是獨立的單元，每次都能有完成的作品。

二、床頭擺設：

每次活動開始前，志工總是先熱情地逐一敲門，一一邀請大家邁出病房來參加，常常在

滿心期待下，甚至連一個病友都沒走出來；這時，我們就自己鼓起精神，帶領志工動手做，再由志工帶著成品一一送給病友。由於病床空間不大，只有床頭櫃的小小空間可利用，所以成品的體積也大不得；有時，看到我們送出的作品突然出現長廊花園的窗台上，我們就知道：又有病友離開了。

三、清淨室內空氣：

病房多是封閉的空間，要讓空氣流動、保持清新，除了空調外，最需要的就是具清淨功能的室內植物了；虎尾蘭、黃椰子、黃金葛等，都是很好的選擇。

四、傳遞祝福：

每次作品帶著祝福卡，來到想祝福的對象手中，所傳達的正是一種正念和祝福。

五、大自然的氣息：

久處於空調的室內恆溫環境中，病友常忘了外界季節的變化；透過植物正好可帶給病人季節的訊息，例如春花秋葉。

六、喚起節慶的回憶：

課程也常依著節慶設計，於是跟著病友做春節賀卡、母親節花、端午節香包、中元節祈福除瘴包、中秋節柚子娃娃、聖誕節裝飾聖誕樹等，透過節慶活動，喚起愉悅的回憶。

七、小團體交流：

安寧病房病友狀況各自不同，很難同時開始、一起結束，因此，我們常自喻為擺攤，在交誼廳內擺好桌子、備好材料，便開始迎接病友、家屬和陪伴者，過來與我們一起動手做；邊做、邊聊天，不論長吁短歎或笑逐

顏開，整個過程就像一次小小團體治療般，每個人可分享別人的故事，也可發抒自己的情緒。

八、感受植物的生命力：

我們所帶給大家的植物大都好種、好照顧、生命力強，即便在長廊或病房小小空間，依然儘情開放、綠意盎然，展現十足的生命力，讓病人也容易受到感染。

九、無言的撫慰：

作品無論是帶回病房或家裡照顧，透過照顧的過程，投注了心血，內心也不自覺接受了植物的安撫。

這些課程特性不只提醒我們：在設計活動和教學內容時更用心，我們也發現，課程服務的不只是病友，還包括了家屬、陪伴者、照顧者，當然，還有辛苦的醫師、社工和護理人員。一年下來，院方看到了植物的療癒力量，課程安排於是從一個月一次，增加為一個月兩次，地點也從安寧病房擴充到癌症病房和復健病房。

值得一提的是，不少病友終生務農或年老後

藉種菜自娛，在病房裡接觸園藝活動，正好可以與他們過去美好的生命經驗連結，讓他們想起種田、種菜的過去，有些人一輩子的價值就在農耕上，稻禾、花草都能讓他們感受到生命的意義，常見他們藉由園藝活動，儘情地分享生命故事，不但促進病友與家人交流，病友間也因而有了互動，所以，園藝治療也可算是生命回顧法的一部份。

而完成的園藝作品，讓整個病房增加了綠意與生氣，不只病友看了舒坦，醫護團隊、親友進病房一眼瞧見，便忍不住稱讚，讓病友多少有了成就感，感受到自己還有點能力，可以自我肯定！

由於與植物有了感情，常見病友多了一分對植物的牽掛，這時醫護人員也藉機請他們關照放在長廊的植物，病友便可不再侷限病房，而到長廊走動、交朋友。

這些因植物連結、改變的情緒和互動，已讓大家充分感受到：安寧病房絕非坐等死亡的地方，相反地，即便到了最後關頭，人生還是這麼有意義，值得等待和追尋。❤️

（作者為台灣首位獲美國認證的園藝治療師）



病友們藉參與課程走出病房、與人互動，有如參與小型團體治療。



悲傷的父母用水苔球植物療癒即將失去孩子的傷痛。



送你一份 愛的禮物 Love Gift



台灣首部

預立醫療自主計畫(ACP)紀錄影片

透過長青族、洗腎族、失智族群

三段真實的生命故事

闡述以家庭價值為核心的ACP精神

疼惜自己 珍愛家人

送生命一份禮物



內附ACP簡易指引

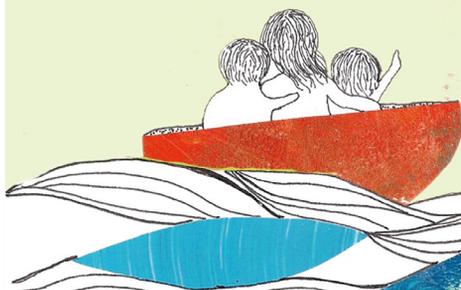
 財團法人(台灣)安寧照顧基金會
中華民國 Hospice Foundation of Taiwan

歡迎贊助本片，工本費150元

劃撥帳號：14875053 戶名：安寧照顧基金會

地址：251新北市淡水區民生路45號

電話：(02)2808-1130 網址：<http://www.hospice.org.tw>



繪圖/鄭鈴

