



# 匡智 園藝治療 實務手冊



序言	2
主席的話	3
作者簡介	4 - 5
園藝治療介紹	6 - 11
智障人士的定義及其需要	12 - 14
園藝治療活動的評量表	15 - 26
園藝治療方案設計範例	
園藝治療小組計劃推行時的注意事項	27 - 28
供輕度智障人士參與的小組計劃	29 - 35
供中度智障人士參與的小組計劃	36 - 41
供嚴重智障人士參與的小組計劃	42 - 47
供肢體傷殘人士參與的小組計劃	48 - 54
供嚴重殘疾人士參與的小組計劃	55 - 63
供年長智障人士參與的小組計劃	64 - 70
供極度嚴重智障人士參與的小組計劃	71 - 77
供照顧者參與的小組計劃	78 - 82
供智障人士及其照顧者參與的小組計劃	83 - 87
園藝治療方案目標選擇表	88 - 91
園藝治療圖象化方案	92 - 137
園藝工具介紹	138 - 139
顧問鳴謝	140
參考資料	141
免責條款	142



郭毓仁

華岡興業基金會  
園藝治療研究中心主持人

園藝治療是指利用園藝和園藝相關的活動來讓一個人獲得福祉 (well-being)，而福祉指的是一個人人在生理、心理、社交、認知、和經濟上都有正面的效益，園藝指的則是蔬菜、水果、花卉、造園景觀、以及採收後處理這五大類，因此園藝治療所用的植物多為高經濟價值的植物，並不包括所有的植物，而園藝治療的成效必須經由前後測評估來得知效益。園藝治療在智能障礙者的運用已經非常成熟，而香港匡智會可以說是運用園藝治療於智能障礙者身上的先驅領導者！相信未來也會繼續運用園藝治療給智能障礙者帶來更大的福祉。園藝治療成功的關鍵在於多樣化的園藝課程，特別是對於染色體有缺陷的朋友，我們並不完全知道哪一個園藝治療處方會彌補缺陷的基因，正因如此，我們必須不斷的創新，不斷的向前，才能遇見不可知的盛放，這不是茫然，而是一種希望。



潘展聰先生

匡智會主席

匡智會由1965年成立至今已踏入50週年，一直本著「以孩子的需要為先」的信念提供適切的服務。智障人士的成長需要我們給予不同的支援，才可能讓他們擁有快樂及豐盛的人生。智障人士在學習上與一般人有所差別，然而只要給予時間、合適的教材和方法、親身的體驗和重複的練習，他們也一樣可以發展潛能和發揮所長。

智障人士在成長和發展上跟一般人一樣，同樣有心理、生理、社交、認知及職業發展的需要。園藝治療作為傳統臨床復康治療方法以外的另類治療，透過植物和園藝景觀的利用，可以有效地改善智障人士在生理、心理、社交、認知及職業發展上的福祉。本會為進一步支援智障人士的成長與發展，於2014年6月派出三位專業社工同事，親赴台灣學習園藝治療，進修園藝治療師專業培訓課程，並參觀台灣成功發展園藝治療的多個復康單位，以認識更多有關園藝治療應用在智障人士的知識和經驗並帶回香港。藉此幫助香港的智障人士，讓他們可同樣透過園藝治療，建立更豐富及優質的生活。

同事們回港後進行了超過一年的實務實踐，配合多年服務智障人士的經驗，從中獲得不少啟發和有用的經驗，引證園藝治療對改善智障人士福祉的力量。因此，我們希望可藉著『匡智園藝治療實務手冊』的出版，推動將園藝治療，用於智障人士的復康工作上，並共同為智障人士的優質生活實踐再接再厲。



**作者：嚴日強**

匡智會服務主任  
畢業於香港理工大學-社會工作系  
註冊社工  
ACP國際認可園藝治療師



**作者：李彩英**

匡智地區支援中心(新界北區)中心經理  
畢業於香港城市大學-社會工作系  
註冊社工  
ACP國際認可園藝治療師



**作者：黃鳳儀**

滙豐銀行慈善基金匡智鳳德中心暨匡智  
東頭宿舍經理  
畢業於香港理工大學 - 社會工作系  
註冊社工  
香港園藝治療協會 園藝治療服務員



**作者：林思鳴**

BSc. (Hon) Psy, APDCH (Aust.),  
APCCH (Aust.), DCH (Aust.)  
澳洲註冊 臨床催眠治療師  
澳洲催眠治療師協會 (註冊臨床會員)  
成長之源健康教育 - 創辦人

## 何為園藝治療

園藝治療已有超過100年的歷史，園藝治療起源於美國，後期發展至不同的國家，包括澳洲、日本、台灣等地，近年在香港也開始發展。

園藝治療是指利用園藝相關的活動、植物以及接近大自然來幫助人放鬆心情、舒緩壓力、從活動中獲得更高的自信、提升自我的價值、建立社交、加強自我肌能的力量，更可透過有關的園藝活動提升職業能力。

植物本是有生命的，會讓參加者體會生命不同的過程，從而學習及經歷放下、責任、照顧、選擇及新生命等，使人與植物連結起來。

因此，園藝治療可以為參加者帶來五大的治療目標，就是：生理、心理、社交、認知及職業技能/經濟效益。



## 園藝治療的五大目標

- 生理（是指身體的肌能）：降血壓、心跳、防止慢性病發生、肢體物理康復。
- 心理（是指情緒，精神狀態）：自信心、自尊心、增加認知、責任感、自我認同及價值觀、平靜鬆弛、享樂、成就感、自主力、滿足感。
- 社交（是指與人的溝通及交往）：增加溝通技巧、社交能力、不感寂寞、失智後的陪伴。
- 認知（是指對事物的認識層面）：種花、盆栽、插花等。
- 職業技能的利益（是指職業能力，或從技術中獲取的經濟利益）：園藝產業中獲得的經濟收益。

## 園藝治療對智障人士的幫助

智障人士在智能上比一般人不足外，在個人的需要、學習、工作及心理需要上也跟常人一樣，因此他們同樣需要別人的認同、信心建立、工作的學習及發展等。

智障人士在智能雖有不足，但只要給予多些時間，多練習，多體驗，以及配合合適的指導及輔助工具，同樣可以將事情學會及掌握。

智障人士在腦部上發展受損，因此在感官上比一般人容易出現過弱或過敏的情況，在園藝治療活動上，植物所帶來的五感刺激卻能大大幫助患有感官失調的智障人士。從治療中可以讓他們透過眼、耳、口、鼻及皮膚感受植物所帶來的不同刺激，從而讓他們獲得感官刺激上的

滿足，使其帶來平靜及舒緩的感覺，並可以從強烈的五感刺激中，引發他們去探索外在的世界及事物，增強參與活動的動機。

在嚴重殘疾及極度嚴重智障人士的園藝活動上，可以多關注他們在感官上的參與：視覺、聽覺、觸覺、嗅覺、味覺，為他們帶來寬闊、深刻的多方面體驗。多樣化的種植固然能在視覺上給予他們享受豐富的盛宴，因應個別的特性、需要，亦可為他們締造獨特的感官體驗。

香草、花茶、新鮮菜蔬、種子、果實、甚至不同的土壤、肥料等。在觸覺、嗅覺、味覺等多方面能構造不同的主題。配合參與者不同的認知能力，亦可構成與生活飲食、健康知識相關的認知過程，治療的多樣性透過不同的方式可讓參加者有不同方面的受惠。

智障人士一般在言語上容易出現障礙，表達能力欠佳，難以用言語將其感受、經歷用言語表達出來，故此因為不被別人明白下，容易引致不快，產生情緒，嚴重者會以行動來渲洩其不快。此外，他們也可能因為腦部的發展受損，影響了控制情緒的區域，因而需要多一點別人的提醒，給予空間，學習情緒管理的技巧。園藝治療活動中，可以透過接觸大自然、綠色的植物，體能的參與，帶給智障人士情緒上的舒緩和放鬆的時刻。

智障人士也可以有能力發展職業，縱然不同的智障人士能力有異，但也可以學習及發展出他們的職業來，只是在參與的層面及複雜性上有不同。園藝治療活動所需的肌能控制上沒有太大的要求，加上治療師會按參加者的能力度身訂造活動的內容，將活動難度調高或低，同樣可以讓不同能力的智障人士參與其中，並可製作一個美麗的園藝作品。園藝治療活動是一個高效能，低技術的活動，因此智障人士可以在自我完成的作品上，獲得滿足感和價值感。園藝的工作可以有很多，高於在農田參與種植，製作不同的盆景作品，低於用植物製作工藝及畫作，這一一都可以是智障人士的職業。

總括以上園藝治療的好處，對於智障人士來說是適合不過，並且能為他們帶來大大的幫助。

## 植物及大自然的力量

植物及大自然帶給我們五感的刺激，包括：視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺。

人的身體器官分佈在全身，連接著大腦的神經系統，因而當人受到五感的刺激，便會引發大腦產生不同的反應。好像當嗅覺的刺激透過鼻腔進入大腦的邊緣系統時，會影響人的記憶、情緒反應，因此如參加者能透過植物及大自然獲得嗅覺的刺激，對人的情緒穩定、舒緩、放鬆也有一定的幫助。



## 植物及大自然如何帶給人五感的刺激



視覺：植物本身有著不同的顏色，可以帶給人歡愉的感覺。



聽覺：大自然的雀鳥聲、蟲叫聲、流水聲以及風吹動樹葉的聲音，同樣地給人放鬆的感覺。

味覺：種植蔬菜後，能親身品嚐，會給人無比的滿足感；此外可以利用香草來製作不同的食品，如香草多士、薄荷茶等，可給予消除疲勞、舒緩壓力的感覺。



嗅覺：香草存有不同的香味，且味道特別及清香，給人一種清新的感覺。

觸覺：接觸泥土，親身製作不同的園藝盆栽、接觸植物而進行修剪等，感受植物帶來的美感及成功感，因而提高參加者的自信心。



## 園藝治療的對象

從不同國家的經驗，園藝治療對於患有失智症人士、精神病患者、智障人士、受壓人士、長者、病後康復者、臨終病人也有一定的幫助，能夠改善他們的情緒、信心、社交、自我表達、加強認知能力，體會生命的價值等等。不過園藝治療其實不單只對以上的人士合用，對一般人而言，無論是小孩、青少年，健康成年人也同樣適用，因為園藝治療活動是具有趣味性和生命力，在當中可以享受成果、享受組員間的交流互動，使人感到放鬆愉快，更可建立對園藝的興趣，培養良好的嗜好，大大預防情緒病的發生。

## 園藝治療師的角色

園藝治療師是一位引領者，主角是參加治療的組員及活動本身。要作一位好的引導者，需要仔細評估組員的能力、認知程度、殘疾類別、健康狀況、需要及限制等，



按他們的特性而將活動調節難度之高、低；以及安排合適的環境進行，讓組員可以全程投入。此外，治療師在過程中是與組員一同互動、一同經歷、一同體會，使各人與植物連繫，與活動拼結出治療的果效。

## 如何帶領參加者進入園藝治療小組

園藝治療師在舉行活動開始，需帶領組員回顧上節小組的內容，並且介紹是節的活動，讓參加者在心理準備及精神狀態上更容易進入和投入治療小組內。

完成回顧及介紹步驟，可以將小組帶入正式的活動內容上，指導活動的程序、注意事項、有關植物的知識、治療師進行示範等，讓參加者獲得清晰的指示。

最後，邀請每位參加者按著活動的過程及成果而進行分享，包括感受、啟發、情緒的變化、獲得的知識等等。治療師在當中可按著分享的內容給予回應、鼓勵、欣賞、引領其他組員一起思想等等，使組員在治療小組獲得正面的支持和啟發。

最後，重要的是治療師需為每次的治療小組進行檢討，檢視當中的合適度，組員參與的情況，工具和環境有否需要改善等，好讓緊貼組員的需要和變化，從而讓組員獲得最佳的治療效果。



## 治療小組的果效



當大家在小組中有參與和互動時，便會引發出互相幫助、接納、欣賞、觀察、選擇、放下，組員學習對生命的責任等等。此外，更重要的是如果組員建立對種植的喜愛，喜歡種植或植物，那相等於在組員的生命上種下新的生命能力，組員的得著就更大了。

## 舉辦園藝治療的程序

### • 了解對象的需要，選出合用的評量表

治療師需要在舉行活動前認識對象面對的問題、需要、健康情況及能力的情況。此外，給予合用的評量表，作一個合用及準確的前測和後測，以了解參加者需要的地方。

### • 訂定目標

從前測的問卷結果中，訂下合適的治療目標。

### • 選擇合適的治療方案

因應對象的需要、能力、健康等以及問卷前測的情況而選出合用的治療方案。

### • 決定進行園藝治療的地方、設施及工具

按對象能力、認知程度、殘疾類別、健康狀況及限制等而決定進行活動的地方和設施，如行動不便者，可將種植蔬菜活動改在室內進行，手部肌能較弱者，可採用塑膠製造，較輕的花鏟，以及特別的輔助工具來讓參加者參與種植的活動。



### • 選擇合適的協助者

進行活動期間，需要協助者來幫忙，因此需要先向協助者講解治療活動的內容，有關的知識以及當中的原則，如：鼓勵對象自行參與，選擇，嘗試，多用欣賞及正面的態度作鼓勵。



## 園藝治療評估方法

園藝治療是否達至目標，最重要是選出合用的評估表，才可有效地了解參加者的需要及問題，以至按需要而設計活動內容，幫助參加者達至有改善/改變。本手冊是參照台灣華岡興業基金會園藝治療研究中心所發展出來的評估量表，有供一般人士使用的量表，亦有供發展遲緩人士的，故此服務智障人士的園藝治療師，便可選取此量表來使用了。

## 園藝治療福祉效益前後測問卷表 (The efficacy of horticultural therapy evaluation form)

各位親愛的伙伴：

回想這一個月的感覺，這份問卷的資料將予以保密。非常感謝您的填寫，謝謝！

基本資料：

姓名：\_\_\_\_\_ 服務機構(單位)：\_\_\_\_\_

平時是否喜好園藝 是 否。 請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
我的肢體運動夠強 I have been exercised enough	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我有興趣嗜好 I have been interested in other things beside work	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我覺得心情放鬆 I have been feeling relaxed	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我具有成就感 I have been feeling good about myself	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的認知清楚，容易下決定 I have clear thinking to make good decision	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我有良好的社交技巧 I have good social skill to close to other people	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我擅長園藝栽培技術 I am good at gardening	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

量表當中有7題的問題，並設有前後測的設計，最低為7分，最高者可獲35分，中間值為21分，因此如在前測時獲得小於21分，表示參加者較可以在園藝治療活動中獲得受惠。如參加治療活動後，參加者後測的問卷評分進步了7分或以上，表示參加者從過程中獲得很大的幫助。

在問題個別的問題中，最高分為5分，於個別的問題中少於3.5分，園藝治療師可在此問題上定是為參加者的需要目標，那便可在治療活動的設計上按著此方向而行。

其他不同需要的量表，包括：評估情緒、過勞、肢體的能力、壓力等，詳細資料可在園藝治療活動的評估量表篇幅內參閱。

## 何謂智能障礙？

根據《精神疾病診斷與統計手冊》第5版 (DSM-5)，智能障礙 (智障，Intellectual Disability / Intellectual Developmental Disorder) 是一種於成長期間已出現之障礙。智障人士的智力及適應能力均出現障礙，以致在概念理解、社交能力、實用技能方面均受到影響。如要診斷個人是否屬於有智能障礙，必須先了解他是否符合以下3項條件：

### 智能障礙診斷3項條件

- 有**智力障礙** (例如在推理、解決問題、規劃、抽象思考、判斷、學術學習、和從經驗中學習的能力出現障礙)，並需由專業人士作臨床評估及以標準化的測驗工具加以評定 (一般透過標準化的測驗工具評定後智商為70分以下，而在考慮大部份測驗工具可能有之誤差後，智商在65至75分之間仍為評定智力障礙的門檻分數)；
- **生活適應能力不足**，以致在獨立生活能力及社會責任方面未能滿足發展及社會文化標準。如缺乏持續支援，在日常生活中將有不同方面的限制，無論是在家中、在工作場所及在社區，均出現溝通、社區參與及獨立生活均出現限制；
- 在**發育期間**已出現上述**兩種**障礙。

而按個人智力障礙及生活適應能力不足之嚴重性及影響性，智能障礙之嚴重程度分為輕度、中度、嚴重及極度嚴重4個等級。

## 智障人士的特點

每位智障人士均為獨立之個體，有他們不同之特性，以下為一些在智障人士中較常出現之情況，但不是每一位智障人士均有以下特性。

### 思維方面

- 概化 (將事物歸類)、類化 (將舊經驗用到新事物)、聯想、金錢概念、策劃、抽象思考和應用等方面有困難；
- 日常生活中可能未能靈活地運用所學的知識和技能。

### 記憶方面

- 短暫、儲存資料較具體及較少；
- 較難有系統地回憶。例如：較難描述或複述事情的發生和經過。

### 注意力方面

- 短暫及有限，難於持久專注做一件事情而且注意範圍狹窄，容易分心。

### 言語方面

- 語言發展較為遲緩或有障礙；
- 理解及表達能力弱、詞彙有限、句式簡短、語法不依常規、發音不清、閱讀文字及書寫能力有限。

### 感知肌能方面

- 肌能發展遲緩，影響了身體四肢動作的靈巧和手眼協調，例如執筆、抄寫、閱讀、跳躍、平衡都有困難。

### 社交能力方面

- 人際交往、責任感、自我形象、分辨是非、守規則等能力有限；
- 保護自己能力較差，未必了解情境中之危險情況。

### 解決困難能力方面

- 面對突然之轉變及特殊情況，未必有足夠能力應付。

### 獨立生活技能方面

- 自理能力：進食、穿衣、如廁可能需要協助；
- 家居技能：煮食、服藥、家務、電話、安全意識等有限；
- 社區生活技能：運用交通工具、工作技能、社區生活能力有限。

## 不同程度智障人士的需要

雖然智能評估及工作能力評估，能協助了解智障人士的能力及安排適合之訓練與服務，唯每位智障人士均有其個人需要，其智能障礙之嚴重程度評估並未能概括所有智障人士之能力及表現。同樣智能障礙程度之智障人士，他們的溝通及理解能力、專注力、喜好等等亦會有所不同，所以按個人之需要及能力為園藝治療活動作合適之調整十分重要。如要為智障人士進行園藝治療，建議先向家長、照顧者及熟悉其情況之社工或導師了解以下各項：

- |   |   |
|---|---|
| 1 | 語言表達能力：能否以言語表達自己之個人需要？會否以言語表達自己之個人感受？   |
| 2 | 理解能力：對語言指令及解說能否理解？抽象概念之理解能力如何？能否理解多於一個步驟之指令？文字及圖像之閱讀及理解能力為何？會否容易忘記一段時間前給予之指令 (如5 - 10分鐘前)？                          |
| 3 | 專注能力：對有興趣之活動，在一般情況下，分別可不用提示而持續進行時間 (<15分鐘/15 - 30分鐘/> 30分鐘)？對沒大興趣之活動，在一般情況下，分別可不用提示而持續進行時間 (<15分鐘/15 - 30分鐘/> 3分鐘)？ |
| 4 | 情緒管理能力：情緒是否穩定？有何情況會導致情緒特別高漲或低落？有何方法可有助他穩定情緒？  |
| 5 | 性情及行為特質：有興趣之物品、活動、人物分別是甚麼？對新活動會主動及積極學習？還是較害怕轉變及被動？  |



# 園藝治療活動的評量表

## 園藝治療福祉效益前後測問卷表 (The efficacy of horticultural therapy evaluation form)

在了解參與活動之智障人士之個人能力特點後，園藝治療師可按需要調整活動。以下為一些與智障人士進行園藝治療活動之建議：

### 協助智障人士理解活動要求及內容：

1. 將每一步驟拆細、並按步教授；
2. 配合該智障人士之理解力，使用簡單明確之指示；
3. 使用圖像化資料及多示範以加強記憶；
4. 利用情境教學、多感官刺激，如視覺、聽覺、觸覺等。

### 協助智障人士表達自我感受及需要：

1. 主動詢問智障人士之感受及需要；
2. 按智障人士之能力以動作、圖示協助他們溝通；
3. 給予嘗試機會，並給予足夠之時間及空間，讓智障人士感到被人重視及尊重。

### 增加智障人士參與之興趣及動機：

1. 使活動內容更易理解（參考「協助智障人士理解活動要求及內容」之建議）；
2. 調整時間長度，減少等待或妥善安排休息時間；
3. 調整活動難度，使每位參加者均有機會嘗試及參與，增加成就感；
4. 面對抗拒參與之智障人士，不需強迫他們。可讓他先觀察別人活動以增加參與之信心；
5. 給予即時的反應，例如鼓勵、讚賞；
6. 活動後給予獎勵，例如參加者能將自己製作的物品帶回家或吃到自己參與製作之食品。

本手冊第7部份「園藝治療方案設計範例」中列出為智障人士及殘疾人士舉行小組時注意的事項，及第9部份「園藝治療圖象化方案」中列出不同程度智障及殘疾人士的參與建議及有用小貼士，建議細閱有關提示以調整小組活動。



各位親愛的伙伴：

回想這一個月的感覺，這份問卷的資料將予以保密。非常感謝您的填寫，謝謝！

基本資料：

姓名：\_\_\_\_\_ 服務機構(單位)：\_\_\_\_\_

平時是否喜好園藝 是 否。 請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
我的肢體運動夠強 I have been exercised enough	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我有興趣嗜好 I have been interested in other things beside work	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我覺得心情放鬆 I have been feeling relaxed	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我具有成就感 I have been feeling good about myself	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的認知清楚，容易下決定 I have clear thinking to make good decision	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我有良好的社交技巧 I have good social skill to close to other people	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我擅長園藝栽培技術 I am good at gardening	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

問卷設計者：盧熾羽、郭毓仁（台北健康護理大學生死教育與輔導研究所）  
園藝治療師在運用本表時需一題一題加以說明是和前測比較。

### 園藝治療前後效益評估表 (發展遲緩/智障人士用)

姓名：\_\_\_\_\_

請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
大肢體	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
小肢體	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
認知	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
情緒	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
語言	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
社會適應	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

問卷設計者: 郭毓仁 (華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人)

### 園藝治療前後效益評估表 (極度嚴重智障人士)

姓名：\_\_\_\_\_

請找最認識參加者的員工/家人代為填寫。

請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
小肢體	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
認知	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
情緒	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
社交	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
對外界事物的探索度及回應	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

日期/節數	表現	
1	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
2	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	

### 園藝治療前後效益評估表 (極度嚴重智障人士)

日期/節數	表現	
3	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
4	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
5	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
6	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
7	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	
8	肢體	
	認知	
	社交	
	情緒	
	探索	

總結： \_\_\_\_\_

負責填寫員工/家人： \_\_\_\_\_ 職位/關係： \_\_\_\_\_

問卷修改參考：郭毓仁 (華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人)的園藝治療前後效益評估表

### 肢體狀況前後測問卷表

各位親愛的伙伴：

回想這一個月的感覺，這份問卷的資料將予以保密。非常感謝您的填寫，謝謝！

基本資料：

姓名： \_\_\_\_\_ 請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
我的視力狀況好	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的手指頭運用靈活	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的手部活動靈活	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的手臂活動靈活	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我走動自如	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我彎腰自如	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我伸手拿東西自如	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的平衡能力良好	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分： \_\_\_\_\_ 後測總分： \_\_\_\_\_ 前後分數差異： \_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

問卷設計者：郭毓仁 (華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人)

### 社交前後測問卷表

姓名：\_\_\_\_\_

請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
我和別人的 interpersonal 互動良好	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我的表達能力良好	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我習慣發問	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
我有幽默感	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

問卷設計者:郭毓仁 (華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人)

### 社交前後測問卷表 (極度嚴重智障人士)

姓名：\_\_\_\_\_

請找最認識參加者的員工/家人代為填寫。

請在數字處圈起來。

項目	前/後測	完全不同意 completely disagree	不同意 disagree	還好 fair	同意 agree	完全同意 completely agree
願意與別人表示友好	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
跟別人相處時愉快	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
欣賞別人	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5
良好的主動性	前測	1	2	3	4	5
	後測	1	2	3	4	5

前測總分：\_\_\_\_\_ 後測總分：\_\_\_\_\_ 前後分數差異：\_\_\_\_\_

我想對老師說： \_\_\_\_\_

日期/節數	社交表現
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

總結： \_\_\_\_\_

負責填寫員工/家人：\_\_\_\_\_ 職位/關係：\_\_\_\_\_

問卷修改參考：郭毓仁 (華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人)的社交前後測問卷表

## 認知壓力量表 (Perceived Stress Scale; PSS)

姓名：\_\_\_\_\_

請將這一個月來的心情在題後數字內圈起來。

題號	問 題	完全沒有	幾乎沒有	有些時候	經常	非常頻繁	後測分數
1	因為不預期的事發生，讓自己感到沮喪	0	1	2	3	4	
2	生活中經常無法掌控重要的事情	0	1	2	3	4	
3	生活中感到很緊張且很有壓力	0	1	2	3	4	
4	對處理個人問題的能力，很有自信	4	3	2	1	0	
5	生活中覺得一切都心想事成	4	3	2	1	0	
6	發現自己無法完全應付應該做的事	0	1	2	3	4	
7	在生活中能夠控制自己的脾氣	4	3	2	1	0	
8	做事情都感覺很滿意	4	3	2	1	0	
9	對自己無法掌控的事情感到生氣	0	1	2	3	4	
10	許多事情一直堆積且無法克服	0	1	2	3	4	

備註：

- 本問卷有六題屬正面題目，四題為負面題目，參差其中。如果評量後加總分超過受測者年齡層平均分6分，表示有中度壓力值得注意，相對的沒超過6分表示正常。但若超過平均分12分以上，則受測者有顯著的高度壓力，將嚴重影響健康。

年齡層	18~29	30~44	45~54	54~64	65以上	男性	女性
平均值	14.2	13.0	12.6	11.9	12.0	12.1	13.7

- 量表出自：Heliker, D., A. Chadwick, and T. O'Connel. 2000. The meaning of gardening and the effects on perceived wellbeing of gardening project on diverse populations of elders. *Activities, Adaptation & Aging* 24:36-55.

- 表格審譯者：郭毓仁 博士

## 精神福祉量表 (The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale; WEMWBS)

請描述近兩週的感覺

題號	問 題	完全沒有	很少	偶而	經常	完全有
1	我對未來感到樂觀	1	2	3	4	5
2	我覺得自己是有用的	1	2	3	4	5
3	我覺得自己精神很放鬆	1	2	3	4	5
4	我對別人會感到興趣	1	2	3	4	5
5	我仍有休閒的能量	1	2	3	4	5
6	我可以妥當的處理問題	1	2	3	4	5
7	我的思路清楚	1	2	3	4	5
8	我對自己感到滿意	1	2	3	4	5
9	我覺得容易和別人親近	1	2	3	4	5
10	我覺得有自信	1	2	3	4	5
11	我對事情有下決定的能力	1	2	3	4	5
12	我感受被愛	1	2	3	4	5
13	我對新事物感到興趣	1	2	3	4	5
14	我感覺愉快	1	2	3	4	5

備註：

- 分數從14 - 70分之間，分數越高表示精神狀態越好。
- 本表格由郭毓仁博士及兩位華裔美國人翻譯及審定。

## Zung壓力自評量表 (Zung Self-Rating Depression Scale; SDS)

姓名：\_\_\_\_\_

請將這兩週來的心情在題後空白處打“√”

題號	問 題	很少時間	有些時候	大部分時間	所有時間
1	我感到心很沉重鬱卒	1	2	3	4
2	早晨讓我感覺最好	4	3	2	1
3	我莫名的想哭	1	2	3	4
4	我晚上睡不著	1	2	3	4
5	我吃的和平常一樣多	4	3	2	1
6	我仍享受愛情	4	3	2	1
7	我注意到體重下降	1	2	3	4
8	我受便秘之苦	1	2	3	4
9	我的心跳比過去更快	1	2	3	4
10	我總莫名覺得很累	1	2	3	4
11	我的頭腦和以前一樣清楚	4	3	2	1
12	我和以前一樣容易上手事情	4	3	2	1
13	我感到不安無法靜下來	1	2	3	4
14	我對未來感到希望	4	3	2	1
15	我比以前易發怒	1	2	3	4
16	我很容易對事情下決定	4	3	2	1
17	我覺得自己有用且被需要	4	3	2	1
18	我的生活很充實	4	3	2	1
19	我覺得死掉對別人更好	1	2	3	4
20	我仍享受於以前曾做過的事	4	3	2	1

備註：

1. 本問卷有十題屬正面題目，十題為負面題目，參差其中。
2. 本表格由郭毓仁博士及兩位華裔美國人翻譯及審定。

## 過勞自我檢測量表 (Burnout Self-Test Scale)

題號	問 題 描 述	沒有	不多	有時候	時常	天天
1	你感覺已經用盡自己的能量	1	2	3	4	5
2	你發現對自己的工作有負面的想法	1	2	3	4	5
3	你發現自己越來越不會同情他人且認為是活該	1	2	3	4	5
4	你發現自己很輕易因小事或容易對同事發怒	1	2	3	4	5
5	你感覺不再感激同事的所作所為	1	2	3	4	5
6	你感覺沒有人可以說話談心事	1	2	3	4	5
7	你感覺沒有達到應該完成的事	1	2	3	4	5
8	你感覺在追求成功的道路上倍感壓力	1	2	3	4	5
9	你感覺在工作上並沒得到你真正想要的東西	1	2	3	4	5
10	你感覺自己選錯工作或選錯專業	1	2	3	4	5
11	你開始對工作感到有挫折	1	2	3	4	5
12	你發現行政策略或官僚體制影響你工作能力的發揮	1	2	3	4	5
13	你感覺工作量超過自己的能力所及	1	2	3	4	5
14	你感覺沒有足夠的時間讓工作進行更完善	1	2	3	4	5
15	你發現沒有足夠的時間好好規劃想做的事	1	2	3	4	5
總 分						

備註：

1. 15 - 18: 沒有過勞的問題。  
19 - 32: 沒有過勞的問題，除非有一兩件事情很嚴重。  
33 - 49: 要小心，已經有過勞徵兆。  
50 - 59: 已經過勞，請停下工作做別的事情。  
60 - 75: 已經嚴重過勞，請立刻停下工作做別的事情。
2. 這個檢測表請填表人以平常心看待題目作答，並非用在西方醫學上診療，僅和園藝治療師配合自己身心狀況時使用，有助於治療師適當安排減壓園藝課程參考。
3. 本量表由郭毓仁博士及兩位華裔美國人精心翻譯。

## 憂鬱症狀自我檢測表

請在已經持續兩週以上的項目打“√”

是	症狀
	經常感覺悲傷想哭易發怒
	失去平時喜歡的興趣
	睡眠不足或太過
	沒有力氣
	感覺做事變慢且很累，又坐不住
	食慾改變或體重明顯升降
	覺得悲觀無望
	無法集中或思考
	想要死或自殺
	頭痛、胃痛、背痛等
	憂慮、緊張越來越超過
	覺得自己沒有價值或覺得有罪惡感

若超過五個，請注意。

檢測表設計：郭毓仁（華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人）

## (一) 了解參加者的需要 (選取合用的評量表)

開始為智障人士舉行園藝治療小組時，首先要了解每位參加者的情況，如參加者不能表達自己的需要，可以向家人及職員了解參加者的情況，並且填下前測的評量表，讓治療師可以更準確掌握組員的治療目標，從而制定小組的目的，設計當中的內容，以及如何在小組過程作出引導。

## (二) 認識參加者的能力

要設計一個合適的內容，必須在舉行小組前認識各組員的能力，包括智能程度、自理能力、大肌肉及小肌肉的活動能力、步行及身體轉移的能力、其他身體的殘疾情況、專注力、情緒控制、與其他組員的關係、健康狀況、對植物及食物的敏感等。

如參加者在某些地方能力有限制，治療師需按參加者能力而將園藝治療方案適當地調高或調低，才可讓參加者自行參與各項活動，更能達至從活動中感受自己的能力，感受過程中帶來的成功感。

此外，園藝治療師可以在不同能力的參加者上，按其不同的長處及能力，建立互相合作的機會，彼此配搭，發揮各有所長的體驗機會。如兩位參加者分別手部也有痙攣或有受中風影響的情況，未能用雙手參與活動，治療師可以安排他們兩人合作，一起共同完成小組的園藝活動。這樣不但可以建立彼此的關係，認識合作的重要性，更可以讓他們認識各有所長、各有貢獻，讓治療活動產生更豐富的治療果效。

## (三) 合適的小組人數

舉行活動前，必須按參加者的能力及照顧程度而決定小組的人數，以下是就著不同程度的殘障人士能力而建議的小組人數：

極度嚴重的智障人士	嚴重智障人士	中及輕度智障人士	肢體傷殘人士
4人+協助者 (可邀請職業治療師/跟參加者熟識的照顧者作協助者的角色)	6人+協助者	6人 (中度智障人士可加協助者)	4-5人 (可按參加者的傷殘程度而決定) +協助者

## (四) 小組時間的安排

智障人士的專注力不高，因此設計小組時間，不宜過長，可按以下的建議：

極度嚴重的智障人士	嚴重智障人士	中度智障人士	輕度及肢體傷殘人士
1小時	1.5小時	2小時	2小時

此外，按需要增設中段休息時間，讓參加者可以有空間重新回復精神，有助投入及享受小組。舉行時間上，亦建議在早上進行，因為天氣的溫度較其他時間低，精神狀態及專注度較高。

### (五) 環境設計及場地安排

為了更順利地舉行小組，建議舉行地點附近有洗手間及洗手盆的設施，方便參加者製作園藝活動時要洗手、盛水等，以減低步行的時間及照顧的人手；如可行的話，建議在花園舉行小組，讓參加者更能感受大自然的環境；如正在夏天舉行小組，便要留意天氣的溫度，改在室內進行，縮短戶外活動的時間；建議在一個安靜，空間足夠的地方舉行活動；如參加者為肢體傷疾人士，並不良於行，避免在小組時段走動，準備好所有的小組物資，並為參加者預備濕毛巾，供參加者在種植活動時沾上泥土後方便抹手之用。

### (六) 工具的使用

因應智障人士在肌能發展受到影響、力度控制及抓握能力可能出現困難，在舉行園藝治療活動時，治療師應選配合適的工具予參加者使用。如在外國訂購特別供種植用的輔助工具，可供參加者容易抓握泥鏟來種植。此外，亦可選些質料較輕，體積較少的種植工具。在使用培植土時，可為參加者預備闊及矮的盆，盛載所需的培植土，使參加者容易掌握份量及控制。如能在活動上配合合用的工具，可以提升參加者參與程度、自信心的建立。

### (七) 植物的選擇

在小組中選擇植物時，要按當時季節的情況、並區分在室內或室外種植、植物的生長環境、所需的水份等因素而決定，免得在不合適的環境下，令植物不能成功生長，小心不要選取帶有毒性及有刺的植物。

### (八) 方案內容的選擇 (高低調適)

選取治療方案時，需按參加者的智能、需要、體能、健康等情況而挑選。並且在選取方案後，也需按他們的智能、吸收度及能力等而調節難度及協助程度，才可讓參加者獲得最大的效益。(詳細可以參考後方的第9部份園藝治療圖象化方案)

### (九) 教授技巧

讓智障人士有更好的吸收，在帶領小組時，需多利用視覺的教材、親身體驗、運用簡單的指示、提供示範、多利用五感體驗、簡單的圖象來供參加者表達感受之用、可用相片來幫助參加者回憶所學。在過程中多給予正面的讚賞、鼓勵、認同、自決及選擇的機會。

## 我是園景師

### 對象：輕度智障人士

#### 1. 理念

需求層次理論 (Maslow's hierarchy of needs) 由美國猶太裔人本主義心理學家亞伯拉罕·馬斯洛 (Abraham Maslow) 提出，當中將人的需要以層次的形式來劃分，由人生最基本的需要開始，逐級向上至最高的需要層次。當中最基本的層次是生理需求、安全需要、社交需求、尊重需求、自我實現需求、超自我實現的需求。當基本的需要不被滿足時，它可能會使人不健康，無論在生理、心理及行為上也會有所影響。

智障人士在人生上也一樣會面對以上的需求層次，當他們在社交、安全感、認同等不如理想時，就會容易影響情緒及出現不良的行為問題，因此本中心希望透過園藝治療的活動，建立他們的安全感、認識組員，建立友誼，使他們成為好朋友，可以互相支持；此外培養他們對種植的興趣，使他們在當中獲得滿足感，從而將園藝變為其工作，進一步確立智障人士的能力，以讓他們可以達至自我實現需求的高峰，因為人出現在高峰的滿足狀態時，可以只是在完成一幅美麗的畫、演奏了一首動人的歌曲而產生。所以建立智障人士喜歡園藝，讓他們設計自己喜歡的盆栽、種出自己的蔬菜或花兒，這剎那對他們來說是多麼的興奮，一切的滿足感、認同感就因此而產生，所以園藝可以幫助處理及舒緩智障人士在未滿足層次需要時出現的生理、心理及行為問題。

#### 2. 具體目標

- 2.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 2.2. 提升他們自我價值和自信心
- 2.3. 增加他們的成功感及滿足感
- 2.4. 提升他們的職業技能

#### 3. 小組的節數資料

每節2小時，共8節



#### 4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	你也來認識我	<ul style="list-style-type: none"> <li>填寫前測問卷 (在小組前填寫)</li> <li>介紹是次小組活動</li> <li>自我介紹及互相認識 (雜草劍山說故事)</li> <li>定下小組的規則及簽名</li> <li>書寫小組感受</li> </ul>
第2節	香草的神奇力量	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>前往花園的香草區</li> <li>製作香草麵包</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第3節	我是盆景師	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>認識植物的種植及移植的方法</li> <li>組合盆栽製作</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第4節	多肉寶寶	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>認識多肉植物的種植及移植的方法</li> <li>多肉寶寶製作 (多肉植物的組合盆栽)</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第5節	我是工藝師	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>乾花製作介紹</li> <li>乾花頸鍊製作</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第6節	小小紅鼻子	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>利用觀察、嗅覺、味覺及觸覺認識士多啤梨</li> <li>士多啤梨果醬製作</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第7節	我是營養師	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>認識柑桔植物</li> <li>前往花園採摘柑桔</li> <li>咸柑桔製作</li> <li>書寫是節的小組感受</li> </ul>
第8節	薰衣草的魅力	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>介紹是次活動</li> <li>認識薰衣草植物及製作乾花的過程</li> <li>製作薰衣草香薰座</li> <li>回顧以往小組的活動內容及感受</li> <li>商討明天展銷的內容及價格 (將小組的產品作展銷)</li> <li>分享是節小組的成果及感受</li> <li>書寫是節的小組感受</li> <li>填寫後測問卷</li> </ul>

#### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
天雨未能在戶外花園進行小組	<ul style="list-style-type: none"> <li>改在室內進行，並將需要的植物搬入室內</li> </ul>
使用利器時引致危險	<ul style="list-style-type: none"> <li>利器需要放在同工面前，並確保當中的數量，免組員自行取去，並在使用時，同工需多加留意。</li> </ul>
參加者小手肌運用能力不足	<ul style="list-style-type: none"> <li>準備小型及輕的泥鏟及可用膠匙代替普通種植的工具；在設計活動時，需認識組員的小手肌能的活動能力，不要設計過於細緻的活動內容。</li> </ul>
參加者記憶力弱	<ul style="list-style-type: none"> <li>拍下活動的情況，並以相片在每節開組前跟組員作回顧部份，使組員容易記起上節所參與的活動，並設有個人紀錄冊，以紀錄組員參與時的相片及感受，增加他們在活動時的成就感及投入度。</li> </ul>

#### 6. 評量表

- 園藝治療前後效益評估表 (發展遲緩及智障人士用)
- 社交前後測問卷表



## "密語"分享

### 第一節： 你也來認識我 - 雜草劍山說故事



參加者一起在戶外尋找喜歡的野草



參加者分享自己所設計的作品



### 節二節： 香草的神奇力量 - 香草多士



帶領參加者認識不同的香草



開心享受成果

### 第三節： 我是盆景師 - 組合盆栽



看!他們多用心種植



每一位也完成了自己心愛的組合盆栽



### 第四節： 多肉寶寶



用心挑選自己喜歡的植物



看看他們多專心!



第五節：  
我是工藝師 - 乾花頸鍊



參加者小心翼翼將乾花放入玻璃球



看看! 大家多投入!

第六節：  
小小紅鼻子 - 士多啤梨果醬



學員用鼻嗅嗅士多啤梨的香味



急不及待想試試努力製作的成果

第七節：  
我是營養師 - 釀製柑桔



專心揀選年桔



製作後送給他們最愛的家人

第八節：  
薰衣草的魅力 - 薰衣草香薰座



認識薰衣草植物



開心參與・彼此分享

## 花花Look Look 對象：中度智障人士

### 1. 理念

智障人士的專注力及持久力較弱，因而影響他們學習新技能，亦較難掌握新技術。智障人士受到其認知能力所限，他們較難理解抽象或邏輯推理的溝通模式。有見及此，本宿舍計劃透過園藝治療小組，讓中度智障人士透過園藝活動，具體地學習新技能，而重複及簡單清晰的步驟可提升他們的學習動機。再者，植物的生長及變化也能吸引他們的興趣，從而提升智障人士的專注力及持久力。

### 2. 具體目標

- 2.1. 提升專注力
- 2.2. 增加成功感
- 2.3. 培養對園藝活動的興趣

### 3. 小組的節數資料

每節2小時，共8節

### 4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	認識你我他	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作壓花名牌</li> <li>• DIY澆水器</li> <li>• 種植活動</li> </ul>
第2節	彩色生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 遊花園</li> <li>• 彩繪花盆</li> </ul>
第3節	種子盆栽	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 種子採收及製作種子袋</li> <li>• 種植活動</li> </ul>
第4節	花香處處	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DIY花茶茶包及品嚐花茶</li> <li>• DIY花香香座及認識香草植物</li> </ul>
第5節	花藝設計	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作鮮花花籃</li> <li>• 製作壓花</li> </ul>
第6節	迷你花園	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作組合盆栽</li> </ul>
第7節	花葉拓印	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 花葉拓印小布袋</li> </ul>
第8節	壓花相架	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 蔓生植物的護理</li> <li>• DIY壓花相架</li> </ul>

### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
組員因不懂得控制力度而令植物折斷	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 揀選莖部較粗壯及粗生的植物</li> <li>• 準備後備植物。</li> </ul>
組員的能力未達活動項目的要求	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 安排輔助員從旁鼓勵/協助，每次活動後檢討，因應組員能力修訂往後活動的工序。</li> </ul>
天氣因素而未能到戶外花園活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 安排於室內活動室進行活動。</li> </ul>



## "密語" 分享

### 第一節： 認識你我他 - DIY澆水器



參加者正全神灌注地用大頭釘將瓶蓋釘孔，制作個人的澆水壺。



用心學習第一堂種植課



### 節二節： 彩色生活 - 彩繪花盆



利用西芹作為印章為花盆蓋上不同圖案，同時間獲得嗅覺刺激。



齊齊為花盆增添色彩!

### 第三節： 種子盆栽



從花豆豆筴中採收花豆種子



花豆種子放進種子袋內，紀錄種子名稱及採收日期，保留日後種植。



### 第四節： 花香處處 - DIY花茶包及香花座



自製的玫瑰花茶包特別香甜味美



善用資源，將扭蛋殼化身成香花座，再加些創意製作成可愛別緻的座檯飾物。



### 第五節： 花藝設計 - 鮮花花盆



參加者初次接觸插花花藝，發揮個人美感創意。



當參加者將親手製作的鮮花花籃送給家人、朋友時，感到很大的成功感。

### 第六節： 迷你花園 - 組合盆栽



輕鬆製作組合盆栽



參加者用自己栽種的盆栽美化院舍花園，能增加他們對院舍的歸屬感。

### 第七節： 花葉拓印 - 拓印小布袋



參加者學習運用圓石按壓花葉擠出汁液做出拓印效果，既可訓練手眼協調亦有助提升手肌運用。



以植物的汁液作為天然顏料，能給予參加者新鮮感，能有助提升智障人士的專注力。

### 第八節： 壓花相架



將小組內製作的壓花及拓印布合併，再加一點點心思，便能創作出一幅幅別具意義的圖畫，亦可放入相片作為相架。



參加者正學習植物護理

## 種出我天地 對象：嚴重智障人士

### 1. 理念

智障人士由於智力所限，在學習新事物時每每遇到困難容易放棄而增加失敗經驗，日積月累之下，他們對自己缺乏信心，更難學習新事物。

園藝栽種植物，一般透過簡單而重複的工序護理照顧，大多能茁壯成長。因此，如果將園藝種植的工序細分後，再訓練智障人士於園藝植物管理上執行一些簡單重複的任務，不僅可以得到收成而且可以從中瞭解到植物生命的週期。

本中心相信透過園藝活動能有助智障人士獲取成就感、增加耐性和責任感。此外，園藝活動也能促進智障人士與他人的彼此溝通。而從事園藝相關作業有循環性、在沒有威脅性的自然力中，讓智障人士能重獲自信心。

### 2. 具體目標

- 2.1. 提升自信心
- 2.2. 提升創意及自我表達
- 2.3. 提升對園藝的興趣及發展有意義的嗜好
- 2.4. 促進成功感及滿足感

### 3. 小組的節數資料

每節2小時，共8節

### 4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	自家菜園	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作乾花名牌</li> <li>• DIY噴水壺</li> <li>• 種植蔬菜(播種法) (豆苗, 生菜)</li> </ul>
第2節	感官世界	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DIY花茶包及品嚐花茶</li> <li>• DIY天然乾花香囊</li> <li>• 認識香草植物</li> <li>• 種植植物(扦插法)</li> </ul>
第3節	種子森林	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 感官遊戲</li> <li>• 種子採收(沙田柚)</li> <li>• 種子處理</li> <li>• 種子盆栽(播種法)</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第4節	中秋佳節	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 花藝設計—插花</li> <li>• 製作壓花 (第七節活動時使用)</li> </ul>
第5節	五顏六色	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 蔬果拓印</li> <li>• 彩繪花盆</li> </ul>
第6節	迷你花園	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作組合盆栽(分株法)</li> </ul>
第7節	創意無限	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 欣賞自製壓花成果</li> <li>• DIY壓花畫</li> <li>• 製作壓花書籤</li> </ul>
第8節	美麗印記	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DIY個人活動相片集</li> <li>• 投選『我最喜愛的園藝活動』</li> </ul>

### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
組員的植物凋謝	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 準備後備植物。</li> </ul>
天雨影響不能進行戶外花園活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 改為室內活動，製作水栽植物。</li> </ul>
組員的能力未達活動項目的要求	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 安排輔助員從旁鼓勵/協助，實習生每次活動後檢討，因應組員能力修訂往後活動的工序。</li> </ul>

## "密語" 分享

### 第一節： 自家菜園 - 種植蔬菜



參加者小心翼翼地將培養土逐一放入花盆內



參加者正全神灌注地用乾花製作個人名牌



### 節二節： 感官世界 - DIY乾花茶包及香囊



參加者好奇地觸摸及嗅薄荷葉的獨特氣味



DIY香花包送給致愛的人!

### 第三節： 種子森林 - 豆苗種植



期待著種子發芽的時刻



第一堂栽種的豆苗每堂都需要進行護理



### 第四節： 中秋佳節 - 插鮮花及壓花製作



鮮花花藝 - 插花，第一次嘗試!



參加者細心地將剩餘的花材，製作成壓乾花，留待日後使用。





### 第五節： 五顏六色 - 蔬菜拓印



透過蔬果拓印，參加者便可清楚看到不同蔬菜印出來的形狀。



秋葵的圖案很像一朵一朵的梅花

### 第六節： 迷你花園 - 組合盆栽



參加者學習替植物進行分株



使用自己創作的花盆種植，成功感滿分!

### 第七節： 創意無限 - DIY壓花畫



用心創作、盡顯個人風格!



製作壓花畫籤的過程中，能有效提升參加者的手眼協調能力，同時可以做到小手肌訓練。

### 第八節： 美麗印記 - DIY個人活動相片集



參加者可以透過活動相片，回顧小組內容。



參加者對於園藝小組反應熱烈，每一項環節都給予貼紙表達自己的喜惡。

## 帶我走進園藝世界 對象：肢體殘疾人士

### 1. 理念

肢體殘疾人士當面對自身的殘疾時，往往需要很長的時間來接受及適應，無論在心理上、生理上也面對很多的挑戰，因而影響其自我的形象、價值感、情緒、工作等。因此中心為著肢體殘疾人士的復康過程加入園藝治療的元素，以幫助他們在情緒、自我價值等需要上得以幫助。

園藝治療是利用園藝或園藝相關的活動來增進生理、心理、社交、認知及經濟上的益處，因而改善參加者的個人福祉。在多國的園藝治療經驗上，無論遠在美國及近至日本、台灣也有著多個的成功案例，以顯明園藝治療的功效。

因此，本中心也按著園藝治療的元素及理論下，為肢體殘疾人士舉行相關的治療小組，以改善他們的情緒及自我的價值，並建立他們對種植的興趣，從而豐富他們的休閒生活，並因著面對綠色及照顧生命而帶來生活的動力。

### 2. 具體目標

- 2.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 2.2. 提升他們自我價值
- 2.3. 減低他們的負面情緒
- 2.4. 提升他們的成功感及滿足感

### 3. 小組的節數資料

每節2小時，共8節（第七節為3小時）



### 4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	心中的情書	<ul style="list-style-type: none"> <li>填寫前測問卷（在小組前填寫）</li> <li>自我介紹及互相認識（插鮮花說故事）</li> <li>播下愛心種</li> </ul>
第2節	組合盆栽	<ul style="list-style-type: none"> <li>為第一節種下的蔬菜澆水</li> <li>組合盆栽及分享（利用不同顏色及品種的植物移種在花盆內）</li> <li>放鬆練習</li> </ul>
第3節	我的感官世界	<ul style="list-style-type: none"> <li>為第一節種下的蔬菜澆水</li> <li>探索不同的香草（利用五感來體驗及認識香草）</li> <li>製作香草茶及香草牛油麵包</li> </ul>
第4節	細說故事	<ul style="list-style-type: none"> <li>為第一節種下的蔬菜澆水</li> <li>魔晶土盆栽</li> <li>環保車軟種植</li> <li>分享小組感受</li> </ul>
第5節	迷你花園	<ul style="list-style-type: none"> <li>為第一節種下的蔬菜澆水</li> <li>迷你花園</li> <li>分享小組感受</li> <li>放鬆練習</li> </ul>
第6節	生命因你感動	<ul style="list-style-type: none"> <li>為第一節的蔬菜進行收割</li> <li>清洗蔬菜</li> <li>烹調食用蔬菜</li> <li>分享小組感受</li> <li>放鬆練習</li> </ul>
第7節 *此節時間為3小時	走到田園	<ul style="list-style-type: none"> <li>乘車前往粉嶺坪輦的愛心農場</li> <li>伸展運動</li> <li>參與種植/施肥/收割的活動（按當時農場可提供的工作）</li> <li>參觀農場，認識植物</li> <li>享用農場的新鮮蔬菜</li> <li>活動分享</li> </ul>
第8節	美麗明天	<ul style="list-style-type: none"> <li>總結小組活動</li> <li>分享參與加小組後，為生命帶來的感受/轉變</li> <li>芳香送贈 - 美麗明天</li> <li>填寫後測問卷</li> </ul>

### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
天雨未能在戶外花園進行小組	<ul style="list-style-type: none"> <li>改在室內進行，並將需要的植物搬入室內</li> </ul>
天雨影響不能進行農田戶外活動。	<ul style="list-style-type: none"> <li>改在農田的活動棚進行活動。</li> </ul>
殘疾人士難以在一節小組內四處走動	<ul style="list-style-type: none"> <li>減低他們走動的次數，盡量預先準備好所有材料，如：水，清洗物資。</li> </ul>
參加者有不同的傷殘程度	<ul style="list-style-type: none"> <li>需預先了解參加者的殘疾程度，活動可以2人一組，讓參加者一同合作，發揮彼此的配搭；此外，需要配以適當重量及輔助的種植工具；種植活動時，先將培植土放在闊口及矮的盆內，供參加者容易使用；使用較小型的澆水器；因參加者不便經常走動，預備濕毛巾供參加者種植活動後作抹手之用。</li> </ul>

### 6. 評量表

1. 園藝治療福祉效益前後測問卷表
2. 精神福祉量表



### "密語" 分享

#### 第一節： 心中的情書 - 鮮花擺設



參加者很用心選擇喜愛的花



這是參加者用心插的鮮花

#### 節二節： 組合盆栽



這是她第一次參與種植



各人也很滿意自己親手所種的植物

### 第三節： 我的感官世界 - 香草麵包



參加者正在認識不同的香草



專心將香草剪成小段來製作香草牛油

### 第五節： 迷你花園



參加者小心地將多肉植物移種



各人專心參與，非常認真!

### 第四節： 細說故事 - 魔晶土盆栽



這是參加者第一次認識魔晶土



他們每次參與也非常認真及投入

### 第六節： 生命因你感動 - 香蔥暑仔沙律



新鮮的蔥是由參加者親手種植的



今天收成，用來製作香蔥沙律。

第七節：  
走到田園



參加者好努力參與翻土



完成了移種通菜苗，一齊為植物澆水。

第八節：  
美麗明天



送予每位參加者一份特別的香薰禮物



大家彼此分享生命故事



大家品嚐親手所種的生菜三文治

綠色療癒之旅

對象：嚴重殘疾人士（個別屬輕度智障或有言語障礙）

1. 理念

我們的五感是有記憶的，利用五官六感元素融入小組的環境內，便能達致一定的療癒作用。以園藝活動作為刺激五官六感（聽覺、視覺、嗅覺、味覺、觸覺）的綠色療癒之旅，帶給參加者身、心、靈的益處，能讓人們感到放鬆紓壓、提升平靜、得到愉快正面情緒，還能當興趣培養。將嚴重殘疾人士由室內的環境走入戶外的大自然景觀，與大自然作近距離的接觸，提升其生理、認知、情緒、行為、社交上的好處。

2. 具體目標

- 2.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 2.2. 提升他們自我價值
- 2.3. 減低他們的負面情緒
- 2.4. 增加他們的成功感及滿足感

3. 小組的節數資料

A組：年長嚴重殘疾人士

B組：年青嚴重殘疾人士

初探篇：每組5節，共10節，每節1.5小時

實踐篇：每組4節，共8節，每節1.5小時（\*第4節為3小時）

4. 小組內容

小組活動摘要（初探篇）

節數	主題	園藝治療活動
第1節	五感初體驗	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 填寫前測問卷</li> <li>• 破冰遊戲</li> <li>• 訂定目標和規則</li> <li>• 五感體驗</li> <li>• 壓製乾花</li> <li>• 書寫是次對小組感受</li> </ul>
第2節	園藝多創意	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 製作環保水樽</li> <li>• 設計環保花盆</li> <li>• 設計植物名牌</li> <li>• 書寫是次對小組感受</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第3節	燃點生命	<ul style="list-style-type: none"> <li>製作花盆容器</li> <li>播種活動</li> <li>學習栽種技巧</li> <li>書寫是次對小組感受</li> </ul>
第4節	我愛大自然	<ul style="list-style-type: none"> <li>移盆活動</li> <li>學習栽種技巧</li> <li>植物照顧技巧</li> <li>書寫是次對小組感受</li> </ul>
第5節	成果共享	<ul style="list-style-type: none"> <li>洛神花果醬</li> <li>果醬牛油包</li> <li>品嚐花果茶</li> <li>書寫是次對小組感受</li> <li>小組回顧，填寫後測問卷</li> </ul>

小組活動摘要 (實踐篇)

節數	主題	園藝治療活動
第1節	感官全接觸	<ul style="list-style-type: none"> <li>填寫前測問卷</li> <li>團隊合作遊戲</li> <li>教授園藝技巧</li> <li>靜態鬆弛練習</li> <li>分享及總結</li> </ul>
第2節	心靈相架	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧</li> <li>觀賞植物情況</li> <li>靜態鬆弛練習</li> <li>分享及總結</li> </ul>
第3節	植物搬家了	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧</li> <li>教授移盆及施肥</li> <li>靜態鬆弛練習</li> <li>分享及總結</li> </ul>
第4節	走進綠色療癒之旅	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧</li> <li>製作香草小食</li> <li>靜態鬆弛練習</li> <li>心情分享</li> <li>小組回顧，填寫後測問卷</li> </ul>

5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
植物或未能在小組預期中生長	<ul style="list-style-type: none"> <li>在開小組前預早多種2-3盆作後備，倘若植物未能預計中生長，可即換上後備盆栽以免影響小組流程。</li> </ul>
因天雨未能在戶外進行小組活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>導師可預先採摘所需的植物或準備小型盆栽改往室內繼續進行小組活動。</li> </ul>
專注力不足的殘疾人士難於控制在小組內四處走動	<ul style="list-style-type: none"> <li>嘗試以課程內容吸引學員的專注力，或給予小任務以減低他們走動，同時盡量預備所需的物資及妥善放好。</li> </ul>

"密語" 分享

初探篇(第一節)  
五感初體驗 - 壓製乾花



看! 我們多認真, 齊來壓製乾花



真好! 參加園藝治療小組又可以認識新朋友和增進社交!



我選了新鮮的桔梗來做乾花, 真開心!

### 初探篇(第二節) 園藝多創意 - 製作環保澆水樽和花盆

雖然我左手不便，多謝組員和我  
一起完成作品!



利用味覺品嚐清香的花茶、有  
助舒緩壓力!

與植物全接觸，真歡喜!



看!我多專注地設計環保澆水  
樽，真環保啊!



### 初探篇(第四節) 我愛大自然 - 植物照顧和移盆

植物長大了! 我要幫它移盆!



哈哈! 輪到我播種子，又可以  
燃點它生命了。



真滿足! 看著幼苗一天一  
天的長大了。

### 初探篇(第三節) 燃點生命 - 播種活動

我們合作一起完成播種活動



我這位好拍檔真唔話得，又幫我  
為植物澆水。

最後當然不少得為植物澆水



剛完成播種子，準備為植  
物紀錄日期和名稱。



體驗移盆，真好玩!



齊來為幼苗，插上種子喎。



參加園藝治療小組，讓我們認識新朋友。



我們真享受這個園藝治療小  
組，一同學習一同成長!



### 初探篇(第五節) 成果分享 - 品嚐花果茶



觀察著幼苗成長，多興奮！多感恩！



嗅一下玫瑰花的香味，真令人感到很舒暢！



上了五堂園藝治療小組，真不錯！

這全是我們初探篇的作品



來到最後一節，當然要感謝我的好組員！



到了最後一節，大家真的進步不少！

### 實踐期(第一節) 感官全接觸



來看看！我早前做的壓花，多美呀！



齊來飲杯花茶，心情都輕鬆點！



又來感官全接觸，感覺多好！

### 實踐期(第二節) 心靈相架



這是我親手做的乾花心靈相架，我很滿意！



用觸感感受下葉子的表面，多有趣！



我們互相欣賞各組員的乾花心靈相架，多美呀！



享受交流和分享的時刻！



### 實踐期(第三節) 植物搬家了 - 移盆和施肥



植物長大了，我要替他搬家了！



我們正學習如何施肥，看多認真！



在這休閒花園，嚐一杯花茶舒緩神經！



在露天茶座開組，與植物近距離接觸！

### 實踐期(第四節) 走進綠色療癒之旅



大家準備出發往愛心農場，多興奮！



和職員合作採摘香草食材！



看我們在農場製作香草小食多開心！



還有美味的香草蜜糖雞肉腸也出爐了！



香草飲品及香草牛油包，真好味呀！



準備開餐啦！



走進愛心農場完成最後一課，感覺真好！

## 小組名稱：園途伴我行

對象：年長智障人士

### 1. 理念

隨著香港的城市化發展，現在的長者較少接觸綠色環境。而他們以前的生活經常親近農田及植物，故他們都喜歡及懷念大自然。近年，園藝治療備受關注，能夠讓服務對象獲得認知、社交、情緒及身體方面的益處，因而改善參加者的個人福祉。因此，本中心也按著園藝治療的元素及理論下，為年長智障人士舉行園藝治療小組，以改善他們的社交及情緒、培養種植興趣、豐富餘暇，亦藉著種植而增加他們的肌能活動，強健身心，活出豐盛的晚年。

### 2. 小組目的

透過不同類型的種植活動，增加組員對種植的認識及建立其興趣，有助豐富餘暇生活；於園藝治療小組中結識朋友，以種植為媒介，增加社交與溝通話題，抒發情緒；藉著種植而增加他們的肌能活動，強健身心；最後，更可將自製的園藝盆栽送贈朋友，從而得到認同，增加自我價值。

### 3. 具體目標

- 3.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 3.2. 增加他們的社交與溝通話題
- 3.3. 增加他們的肌能活動
- 3.4. 提升他們的自我價值

### 4. 小組的節數資料

每節1.5小時，共8節

### 5. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	我是誰	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 填寫前測問卷 (小組前填寫)</li> <li>• 介紹是次小組</li> <li>• 自我介紹及互相認識</li> <li>• 自製壓花名牌及小組紀念冊</li> <li>• DIY澆水器</li> <li>• 種菜苗</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第2節	我愛蘿蔔頭	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 用蘿蔔頭種植</li> <li>• 用DIY澆水器澆水</li> <li>• 醃製蘿蔔 (第三節小組享用)</li> <li>• 陶盆彩繪 (第三節小組用)</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第3節	我愛草頭娃娃	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 草頭娃娃 (用上節製的陶盆)</li> <li>• 品嚐醃製蘿蔔</li> <li>• DIY生果酵素</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第4節	我愛大自然	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 遊花園</li> <li>• 劍山野花草組合及命名</li> <li>• 享用上節生果酵素</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第5節	我愛水晶晶	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• DIY水種盆栽裝飾擺設</li> <li>• 魔晶土水種盆栽</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第6節	我愛遊花園	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 遊花園、採野花、種籽、樹枝</li> <li>• 自製環保拼貼臉譜</li> <li>• 自製香草錦囊</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第7節	我愛迷你花園	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 迷你花園及分享 (二人一組)</li> <li>• 用自製壓花牌命名花園</li> <li>• 柚子皮燈籠</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> </ul>
第8節	慶賀園途 有你伴我行	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 為草頭娃娃修剪</li> <li>• 樹葉拓印袋</li> <li>• 為第一節的蔬菜收割</li> <li>• 自製沙律菜</li> <li>• 分享感受</li> <li>• 將欣賞貼紙送贈組員，互相表達欣賞</li> <li>• 填寫後測問卷</li> </ul>

6. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
天雨未能在戶外花園進行小組	<ul style="list-style-type: none"> <li>改在室內進行，並將需要的植物搬入室內</li> </ul>
使用利器時引致危險	<ul style="list-style-type: none"> <li>利器需要放在同工面前，並確保當中的數量，免組員自行取去，並在使用時，多加留意。</li> </ul>
殘疾人士難以在一節小組內四處走動	<ul style="list-style-type: none"> <li>減低他們走動的次數，盡量預先準備好水及盆子供清洗及加水之用</li> </ul>

7. 評量表

- 園藝治療前後效益評估表(發展遲緩及智障人士用)
- 社交前後測問卷表



"密語" 分享

第一節：  
我是誰 - 壓花名牌



參加者非常用心製作壓花名牌



參加者：原來澆水器也可以DIY

第二節：  
我愛蘿蔔頭



參加者用心繪畫花盆



男士製作食物也很認真呢!

### 第三節： 我愛草頭娃娃



原來植物都可以好可愛



大家一同將娃娃放在太陽下晒太陽

### 第四節： 我愛大自然



娟：這是我製作的生果酵素



參加者分享所選野草的原因

### 節五節： 我愛水晶晶 - 魔晶土盆栽



參加者第一次認識魔晶土



魔晶土七彩顏色，令人很開心！

### 第六節： 我愛遊花園 - 環保拼貼臉譜



參加者用心以植物拼出臉譜



每天為蔬菜澆水，讓它快高長大。

第七節：  
我愛迷你花園



參加者用心製作心中的理想花園



柚子皮也可做燈籠

第八節：  
慶賀園途有你伴我行 - 壓花環保袋



參加者集中精神製作壓花



小心翼翼地查看是否壓印成功

綠色小天使

對象：極度嚴重智障人士

1. 理念

極度嚴重智障人士，往往基於身體及智能的限制，難以對外界有太多的理解及互動的機會，常較被動，需要別人協助照顧及提供互動接觸的機會。雖然他們能力有限，但也可以透過五感來找到刺激，發現外界有不一樣的事物，亦可因此而令他們與外界或朋友有眼神的接觸，用笑容來對外界或朋友表示接納，感受對他們的安全及信任。

園藝治療是一個高效能，低技術的活動，而且治療師可以因應參加者的能力調節內容的高低，以配合個別參加者的需要；加上植物及大自然可以帶來五感的刺激，植物有不同的色彩、香味、質感，從接觸的機會使參加者有深刻及廣闊的體驗，透過五感舒緩參加者的情緒；此外更可以透過活動增加彼此的接觸機會，從而在社交層面上也有幫助。

2. 具體目標

- 2.1. 增加參加者互動的機會
- 2.2. 建立彼此的友誼
- 2.3. 培養對園藝活動的興趣
- 2.4. 建立參加者正面的情緒

3. 小組的節數資料

每節1.25小時，共8節

4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	齊來認識我	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 介紹是次小組活動</li> <li>• 組員互相打招呼</li> <li>• 用不織布製作的植物圖案來設計自己的名牌 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第2節	當農夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上一次小組內容</li> <li>• 介紹是次活動</li> <li>• 蔥的介紹</li> <li>• 種植香蔥</li> <li>• 教授如何照顧植物 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第3節	我也來插花	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動</li> <li>每位組員選取喜愛的絲花</li> <li>插花擺設製作 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第4節	我是沖調師	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動</li> <li>往花園認識不同的香草</li> <li>朱古力香草沖飲製作 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第5節	我是設計師	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動</li> <li>前往花園欣賞不同花的品種及顏色</li> <li>每位組員選取喜愛的顏色</li> <li>紙花飾物製作 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第6節	送給我最愛的人	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動</li> <li>認識可食用的乾花</li> <li>香花茶包製作</li> <li>認識新朋友</li> <li>請新朋友品嚐花茶 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第7節	安睡寶寶	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動</li> <li>往花園認識薰衣草植物</li> <li>乾花香囊製作</li> <li>將其中一個香囊送給好朋友/照顧者 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>
第8節	園藝小手冊	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上一次小組內容</li> <li>為香蔥澆水</li> <li>介紹是次活動及回顧以往的活動內容</li> <li>參加者選取在小組的活動相片，並貼在自己的畫紙內</li> <li>加上不織布製作的植物圖案在畫紙上裝飾 (小組完結，請協助的同工紀錄參加者的表現)</li> </ul>

### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
組員因不懂得控制力度而令植物折斷	<ul style="list-style-type: none"> <li>準備後備植物</li> </ul>
參加者因吞嚥的問題，在品嚐活動飲品會出現困難	<ul style="list-style-type: none"> <li>在活動前與職業治療師商討可行的方法，預先準備凝固粉及綿花棒作品嚐飲品之用。</li> </ul>
組員手部痙攣，難以參與活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>活動過程中，讓參加者多在五感體驗上學習，有需要時職員捉手協助一同參與。</li> </ul>
參加者的反映不太明顯	<ul style="list-style-type: none"> <li>需要將節奏調慢，讓參加者完全明白才落下一步驟；活動進行時，必須要有認識參加者的導師/社工在旁，以順利推行活動，並可以觀察和紀錄參加者的改變。</li> </ul>
參加者在活動時不適	<ul style="list-style-type: none"> <li>園藝治療師必須在活動前了解參加者的身體情況、進食、肢體的活動能力、表達的習慣及喜好，有助預防在活動時出現危險。如有需要可邀請護理人員在場協助小組進行。</li> </ul>

### 6. 評量表

#### 1. 園藝治療前後效益評估表 (極度嚴重智障人士)



## "密語"分享

### 第一節： 齊來認識我 - 名牌製作



參加者跟治療師一同將花圖案貼在名牌上



參加者用手摸摸植物圖案的質感

### 第三節： 我也來插花 - 絲花擺設



參加者為自己剛插完的花鼓掌



參加者對自己所插的花開心得笑起來

### 節二節： 當農夫 - 種植香蔥



欣：我來為蔥頭澆澆水



參加者手拿著蔥頭準備放入花盆內

### 第四節： 我是沖調師 - 香草沖飲



迷迭香香味撲鼻呢!



香草朱古力是我第一次飲用



第五節：  
我是設計師 - 綉紙花製作



製作紙花前到花園看看不同的植物



雖然不容易，但我也能學會呀！

第六節：  
送給我最愛的人 - 香花茶包



雖然我手肌不太靈活，但我也很努力嘗試親手製作茶包。



我來為大家沖茶，送給新朋友品嚐。

第七節：  
安睡寶寶 - 乾花香囊



活動前回顧所種的植物



慢慢地將薰衣草放入袋內

第八節：  
園藝小手冊



用白膠漿貼好園藝治療活動的相片，將回憶紀錄下來。



回看自己在園藝治療活動的參加情景，很開心呢！



## 小組名稱：園藝真情交流坊

對象：照顧員

### 1. 理念

當下復康服務面對最大的衝擊，就是要面對前線員工的流失問題，特別是照顧員的人手流失及招聘困難，她們對服務使用者的愛與付出，比一般父母更甚。照顧智障人士需要花很多的精神與氣力，而工作流程繁重，工作壓力也因而倍增。

因此，特舉辦園藝真情交流坊 - 園藝治療小組，藉着園藝或園藝相關的活動來減輕照顧員的壓力，改善她們的過勞狀況。亦增加照顧員間輕鬆的溝通機會，讓參加的照顧員享受一刻的休閒及園藝的樂趣。

### 2. 具體目標

- 2.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 2.2. 增加照顧員間的溝通互動
- 2.3. 減輕他們的工作壓力及消除疲勞
- 2.4. 提升他們對中心的歸屬感

### 3. 小組的節數資料

每節2小時，分2組共4節

### 4. 小組內容

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第一組 第1節	匡智是我家之一	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 填寫前測問卷 (小組前填)</li> <li>• 介紹小組目的</li> <li>• 自我介紹及互相認識</li> <li>• 植物螺旋種香草</li> <li>• 多肉迷你花園及分享</li> <li>• 雜草劍山說故事</li> <li>• 互相表達欣賞</li> </ul>
第2節	享受綠色人生之一	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 採收香草制作香草茶</li> <li>• 採收有機菜做焯油菜</li> <li>• 滾石花葉拓印/紗巾/袋</li> <li>• 互相表達欣賞</li> <li>• 填寫後測問卷</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第二組 第1節	匡智是我家之二	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 填寫前測問卷 (小組前填)</li> <li>• 介紹小組目的</li> <li>• 自我介紹及互相認識</li> <li>• 創意膠樽種菜</li> <li>• 多肉迷你花園及分享</li> <li>• 雜草劍山說故事</li> <li>• 互相表達欣賞</li> </ul>
第2節	享受綠色人生之二	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 回顧上節小組</li> <li>• 介紹是節小組</li> <li>• 採收香草制作香草茶</li> <li>• 自製及品嚐金柚有機沙律菜</li> <li>• 分享感受</li> <li>• 滾石花葉拓印/紗巾/袋</li> <li>• 互相表達欣賞</li> <li>• 填寫後測問卷</li> </ul>

### 5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
天氣非常炎熱但又突然暴雨	• 改在室內進行小組，並將需要的植物搬入室內
天氣異常，種下的有機菜失收	• 改為購買金柚及沙律菜替代

### 6. 評量表

1. 園藝治療前後效益評估表
2. 過勞自我檢測量表



## "密語" 分享

第一組  
(第一節)  
匡智是我家



在植物螺旋花園，嘗試種植香草。



認識多肉植物及製作迷你花園，互相表達欣賞。

## 第一組 (第二節)



親手製作滾石花葉拓印袋



採收有機菜，一同品嚐。



## 第二組(第一節) 享受綠色人生



學習使用環保膠樽種菜，發揮創意。



製作多肉迷你花園，互相分享製作成果。

第二組(第二節)



自製及品嚐金柚有機沙律菜



採收香草制作香草茶



參加者到花園採摘喜歡的花葉



互相欣賞親手製作的滾石花葉拓印袋



參加者多專心製作壓花步驟



第一次製作壓花布袋，很有趣。

愛家"園"

對象：智障人士及其照顧者

1. 理念 .....

正所謂「養兒一百歲、長憂九十九」，天下的父母均愛錫子女，而育有智障子女的父母，她們對孩子的愛與付出，比一般父母更甚。照顧智障子女需要花更多的精神與氣力，因而壓力也倍增。再加上智障子女往往因為身體殘障或情緒行為等問題，都令父母較難與子女外出，參與親子活動，共享快樂時光。因此，本中心將舉辦名為愛家"園"的智障人士親子園藝治療小組，藉著園藝或園藝相關的活動來增進親子在生理、心理、社交的益處，改善參加者的個人福祉。亦增加外出活動環節，並邀請義工協助，使活動能順利推行，讓家長能與智障子女共享快樂親子時光。

2. 具體目標 .....

- 2.1. 建立他們對園藝種植的興趣
- 2.2. 增加親子的溝通互動
- 2.3. 增加他們的肌能活動
- 2.4. 提升他們的自我價值

3. 小組的節數資料 .....

每節1.5小時，共5節

4. 小組內容 .....

小組活動摘要

節數	主題	園藝治療活動
第1節	"環保"之家	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 填寫前測問卷(小組前填)</li> <li>• 介紹是次小組</li> <li>• 自我介紹及互相認識</li> <li>• 組合盆栽及分享(利用不同顏色及品種的植物移種在花盆內)</li> <li>• 製作環保果皮清潔酵素</li> <li>• 合家歡快拍，互相表達欣賞</li> </ul>

節數	主題	園藝治療活動
第2節	有"營"之家	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上節小組</li> <li>介紹是節小組</li> <li>介紹水果酵素的好處</li> <li>製作水果酵素</li> <li>DIY香草油</li> <li>合家歡快拍，互相表達欣賞</li> </ul>
第3節	"合拍"之家	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上節小組</li> <li>介紹是節小組</li> <li>遊公園，拍親子園景</li> <li>樹葉拓印/紗巾/袋</li> <li>互相表達欣賞</li> </ul>
第4節	"創意"之家	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上節小組</li> <li>介紹是節小組</li> <li>迷你花園及分享(親子一組)</li> <li>品嚐第二節生果酵素</li> <li>合家歡快拍，互相表達欣賞</li> </ul>
第5節	愛家"園"豐收日	<ul style="list-style-type: none"> <li>回顧上節小組</li> <li>介紹是節小組</li> <li>自製壓花相架，將自選小組相片組裝於相架</li> <li>清洗及自製有機沙律菜</li> <li>分享感受</li> <li>互相表達欣賞</li> <li>填寫後測問卷</li> </ul>

5. 預期困難和解決方法

預期困難	解決方法
天雨未能在戶外公園進行小組	<ul style="list-style-type: none"> <li>改在室內進行，並將需要的植物搬入室內</li> </ul>
使用利器時引致危險	<ul style="list-style-type: none"> <li>利器需要放在同工面前，並確保當中的數量，免組員自行取去，並在使用時，多加留意。</li> </ul>

6. 評量表

- 園藝治療前後效益評估表(發展遲緩及智障人士用) — 供智障學員使用
- 園藝治療效益前後測問卷表—供照顧者使用

”密語”分享



第一節：  
"環保"之家



兒：謝謝媽媽與我一同製作盆栽



孩子和媽媽齊齊親手做自己喜愛的  
組合盆栽



第二節：  
有"營"之家



生活忙碌，難得可以享受親子時間，  
製造健康的水果酵素。



琴：媽媽這個步驟由我來!

### 第三節： "合拍"之家



孩子用心將花拓印在布袋上



看看大家多投入，享受親子交流時間。

### 第五節： 愛家"園"豐收日



讓媽媽來給你蔬菜沙律，嚐嚐母親的偉大和愛。



孩子在旁給意見，媽媽努力動手做。

### 第四節： "創意"之家



大家來，看看他們努力的作品。



親子合作多開心!



有媽媽的愛，孩子多開心。



影張相留紀念



親子一齊完成多溫馨

# 園藝治療方案目標的選擇表

強度：3、中度：2、低度：1

項目	園藝治療方案	圖例	傷殘類別	生理 (肢體)	心理 (情緒)	認知	社交	職業 訓練
1	壓花書籤		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	3	3	3	1	3
2	雜草劍山說主題		嚴重智障人士或以上	3	3	2	3	1
3	組合盆栽		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	3	3	3
4	魔晶土盆栽		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	3	3
5	迷你花園		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	3	3
6	"玻璃"小品盆栽 (多肉植物)		輕度智障人士	1	3	2	1	3
7	可食用盆栽		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	2	3	2	1	2
8	醃製柑桔		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	2	2	2	3	1
9	香草油		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	2	3
10	醃製蘿白		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	2	2	3	1
11	創意膠樽種植		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	2	3	1	3

項目	園藝治療方案	圖例	傷殘類別	生理 (肢體)	心理 (情緒)	認知	社交	職業 訓練
12	種子森林		嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	2	3	1	1
13	Upside down		中度智障人士或以上	2	2	3	1	1
14	創意環保種植		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	3	1	2	3
15	插花擺設		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	3	3	2	3
16	愛心種子包		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	1	3
17	滾石葉拓		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	3	2	2	1
18	悲傷療愈咕		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	3	3	1	1	1
19	蛋殼種植		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	2	3	1	1
20	蔬菜種植		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	3	3	2	1	3
21	葉脈拓印		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	3	2	1
22	生果酵素		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	1	3	1	1
23	環保果皮 清潔酵素		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	1	3	1	1

項目	園藝治療方案	圖例	傷殘類別	生理 (肢體)	心理 (情緒)	認知	社交	職業 訓練
24	種子袋		中度智障人士或以上	1	1	3	2	1
25	康乃馨		中度智障人士或以上	1	2	3	2	1
26	紙巾玫瑰		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	2	3	2	1
27	紙巾大理花		中度智障人士或以上	1	2	3	2	1
28	馬拉紙繡球花		中度智障人士或以上	1	2	3	2	1
29	育苗桶		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	1	3	1	1
30	相架		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	1	1
31	馬拉紙茉莉花		輕度智障人士	1	2	3	2	1
32	種子盒		嚴重智障人士或以上	1	1	3	2	1
33	紙花盆栽		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	1	2
34	鮮花插花擺設		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	1	3
35	乾花介子		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	2	2	1	3

項目	園藝治療方案	圖例	傷殘類別	生理 (肢體)	心理 (情緒)	認知	社交	職業 訓練
36	乾花頸鍊		中度智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	2	2	1	3
37	香草沖飲		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	2	3	2	1	1
38	香草牛油		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	3	2	1	1
39	DIY澆水器		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	2	3	1	1
40	香草多士		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	3	2	3	1
41	草頭娃娃		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	2	2	3	1
42	柚子燈籠		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	2	2	3	3	1
43	洛神花果凍		嚴重智障人士或以上 肢體傷殘人士	1	1	3	2	1
44	香草茶包		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	3	2	3	2
45	壓花畫		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	2	2	3	2	1
46	乾花香囊		極度嚴重智障人士 或以上 肢體傷殘人士	1	3	1	2	3

## 溫馨提示：

以上所建議的目標強度，可按參加者的需要及能力，由園藝治療師重新調節活動的重點，因而所帶出的園藝治療目標的強弱度也有所不同。



## 壓花書籤

- 材料：乾花、彩色卡紙、絲帶、花邊紙
- 用具：白膠漿、綿花棒、膠鉗

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 取出花邊底紙及色紙



3 將色紙貼於底紙上固定



4 用綿花棒將白膠漿塗於色紙上



5 貼上乾花，重複第4-5步驟，直至完成。



6 待白膠漿乾後，將書籤過膠/包膠貼便可永久保存。

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	極度嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可選用一些細小的乾花供選擇；亦可請參加者按是次的主題，在書籤上書寫相關的內容	可按參加者的手肌強弱度來選取大小合用的乾花	在色紙選用上可選配大呎吋的，供參加者容易製作	可選用不織布物料的植物圖案代替乾花，讓參加者容易抓握	按參加者的肢體受損的部份而調節物資及工具，如手部肌能較弱者，可改2人一組，互相合作完成活動

小貼士：如購買的乾花過於細小，難以供參加者抓握，可自行執拾較大的花朵及葉片，如：雞蛋花、大紅花等來自製乾花，供參加者使用。



## 雜草劍山說主題

- 材料：野草/花、劍山
- 用具：小膠兜、水壺、剪刀

### 製作步驟：



1 請參加者在花園揀選喜歡的野草/花並剪下



2 收集所需用的野草/花



3 將劍山放在小膠盆的中央



4 隨自己的心意將採摘的野草/花插在劍山內



5 完成插花的步驟，加水在膠兜內



6 完成後可請參加者分享自己的作品

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士
可在較大的圍範下供採摘野花/草，並且感受大自然的環境；可使用鐵製的劍山	可使用膠製的劍山，增加安全性；在分享時，可由治療師先作一次示範，讓參加者容易明白分享的內容及形式	評估參加者是否懂得使用剪刀，有需要時可由參加者挑出植物，再由治療師協助一同採剪；分享部份可調至簡短些，亦可使用心情圖象來幫助分享

小貼士：在活動前需向參加者講解野草/花的定義





## 組合盆栽

- 材料：5種不同顏色的室內植物（最好有不同的生長高度）、培植土、小飾物
- 用具：大花盆、報紙、鏟

### 製作步驟：

- 1 先將植物配襯至合自己心意
- 2 在花盆內量度種植的位置
- 3 配襯後便可以開始移種
- 4 將報紙蓋在花盆底部的去水位
- 5 將培植土加入花盆內
- 6 泥土先加至花盆一半高度
- 7 輕輕按壓花盆
- 8 將植物的根部輕輕拉出
- 9 將植物整株種入花盆內
- 10 將全部的植物移種入花盆內
- 11 填上泥土在植物間的空隙內
- 12 植物穩固後，加入小飾物配襯，完成後需為植物澆水

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可供不同植物讓參加者自行挑選，增加自主性；完成後，請參加者分享及向組員的作品作出欣賞	首次拉出植物時，可由治療師一同協助，讓參加者經驗使用的力量及抓握的位置；在移種後，覆蓋泥土在植物間時，可改用小鏟子，增加準確性	可減少植物的數量；可選用膠製的鏟，提升控制能力；在移種後，覆蓋泥土在植物間時，可改用小鏟子，增加準確性；拉出植物步驟可由治療師一同協助	採用膠製的鏟，減低重量；按參加者的肢體受損的部份而調節輔助種植工具；可以改為大型的花盆來合作種植；活動須在檯面上進行

小貼士：挑選植物時，要選取相同受水度、適合在室內或室外種植，以及受光度相同的植物，以便照顧。



## 魔晶土水種盆栽

- 材料：不同顏色的魔晶土、水培植物
- 用具：膠杯、溫水

### 製作步驟：

- 1 選出喜歡的魔晶土顏色
- 2 將魔晶土分別倒入不同的杯內
- 3 加入溫水滲透魔晶土
- 4 直至魔晶土漲大，便可使用
- 5 將水培植物從花盆中輕輕拉出
- 6 用手輕力地將泥土除去
- 7 餘下的泥土用水洗淨
- 8 先將少量的魔晶土放入杯內，移入植物在中央位置
- 9 再加入魔晶土至杯的八成滿

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可請參加者將不同顏色的魔晶土分層次加入，增加難度；膠杯可請參加者自行回收	可每人派一隻顏色的魔晶土，請他們學習主動向組員提出交換，增加當中的社交元素	可改用富貴竹的植物，莖部堅固，參加者容易抓握	按參加者的肢體受損的部份而調節治療師協助的程度；可將膠杯改為湯碗，碗口較闊，更易處理；配襯器皿後，可選用黃金葛等較矮小的水培植物

小貼士：魔晶土可以用作種植之用，內已含有植物所需的養份，如魔晶土體積變小，即代表需加入水份。



## 迷你花園

- 材料：多肉植物、咖啡杯、種植多肉植物的泥土、幼沙、彩石、蘭花石
- 用具：細鏟、長柄膠匙

### 製作步驟：



1 預備好各樣材料



2 先將蘭花石放在杯底



3 將幼沙及泥土混合



4 將混合好的沙泥加入杯中



5 沙泥加至杯的一半



6 輕輕按壓植物的花盆並連泥土拉出植物



7 將植物併合喜歡的花盆並連泥土拉出植物



8 將植物間的空隙填滿泥土



9 使各植物穩固地種在咖啡杯上



10 澆上少量的水份



11 在泥土表面加入彩石



12 彩石薄薄一層舖在泥土上

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可請參加者寫下心意咭裝飾在盆栽上，增加美觀	可減少植物的數量，咖啡杯改為瓦製的花盆，比較深及大，容易移植	可改用其他室內種植的植物；咖啡杯可改為普通的膠花盆；可減省彩石的步驟	可改用大些及膠製的花盆種植；給予小型的鏟供使用，容易控制下土的位置；選只有一個大主幹的多肉植物

小貼士：多肉植物不宜給予過多的水份，泥土需乾身，不宜放在陰濕的環境生長



## "玻璃"小品盆栽

- 材料：彩石、室內植物、幼沙、細石、貝殼、玻璃球、培植土
- 用具：細鏟、長膠匙、尖長鉗

### 製作步驟：



1 將細石舖在玻璃球的底部



2 將幼沙舖在細石的上層



3 將培植土舖在幼沙的上層，厚度需足夠植物的根生長



4 輕輕按壓植物的花盆



5 輕輕將植物的根拉出



6 如植物太大，可以將植物分株



7 將不同的植物按心意用長鉗慢慢拼合種在玻璃球內



8 澆入適量的水，後加入彩石在泥土表面裝飾



9 加入貝殼使植物更添美感

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

#### 輕度智障人士

工序需要有一定的小手肌活動能力，如參加者小手肌協調不佳，可選用闊口瓶，以讓參加者容易做到。

小貼士：基於玻璃球沒有去水位置，故控水份量要小心，不可澆水太多，令植物的根部腐爛。另需控制植物的生長高度，要定期修剪。



## 可食用的盆栽

- 材料：蔬菜種子、培植土
- 用具：澆水壺、鏟、花盆、報紙

### 製作步驟：



1 將報紙放入花盆的去水位上



2 在花盆上加入培植土



3 加入適當的水份



4 用手指在泥上開1.5吋深的小洞



5 取出蔬菜種子



6 每一個小洞放入一粒種子



7 把泥土覆蓋種子



8 完成後再澆少量水份

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士及嚴重智障人士	極度嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可改在戶外農田種植蔬菜	可選用一些較大體積的種子，如通菜、櫻桃蘿蔔，讓參加者容易抓握種子	參加者對拿取細小的種子困難，可改用乾蔥頭種植

小貼士：選擇蔬菜種子時，請配合當時的季節及種植的環境。種子未發芽期間，可存放在溫室內培植。



## 醃製鹹柑桔

- 材料：鹽、柑桔
- 用具：匙、剪刀、玻璃樽、保鮮紙

### 製作步驟：



1 用剪刀將柑桔剪下



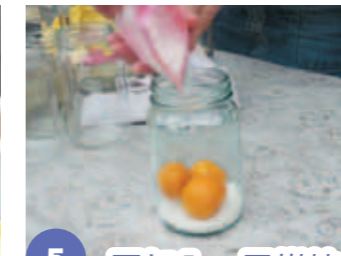
2 收集所需用的數量



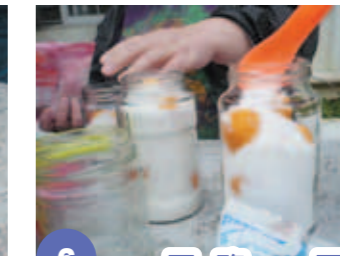
3 徹底清洗柑桔及風乾



4 玻璃樽底層鋪上一層鹽



5 再加入一層柑桔



6 一層鹽一層柑桔如此類推(最後一層必須是鹽)



7 用保鮮紙封好玻璃樽的頂部，扭上樽蓋，在樽上貼上製作日期

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	極度嚴重智障人士	肢體傷殘人士
加入新年節日的植物介紹	加入品嚐已釀製的柑桔，讓參加者更易明白釀製一年後的果效	如參加者不懂掌握使用剪刀，可由治療師協助採剪的部份；可選取較大的器皿來製作；一同品嚐已釀製的柑桔	可合作一同製作一份，增加互相合作的目的；由治療師預先預備好大部份的柑桔；多著重嗅覺及味覺的刺激活動	按參加者的肢體受損部份而調節物資及工具，可選取大的器皿；著重懷憶節日的活動內容

小貼士：請小心選取年桔，不要選落下防腐劑及殺蟲劑的，以免影響健康。

如想增加參加者的互動，可一起合作製作大瓶的年桔。柑桔需最少浸透一年才可使用。



## 香草油

- 材料：香草(迷迭香、香茅)、蒜頭、胡椒、辣椒、橄欖油
- 用具：瓶子、筆、剪刀、標貼

### 製作步驟：



1 洗淨瓶子，預早風乾所需的香草



2 將香草修剪至合瓶子高度



3 將橄欖油倒入瓶子裡



4 加入香草、蒜頭、胡椒及辣椒



5 將瓶口封緊，貼上製作日期

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
小組初期可一起製作香草的風乾步驟；可增加玻璃瓶的裝飾，使每一個都是獨一無二	可一起到花園採摘辣椒、香草	可多著重嗅覺刺激活動的部份；可選用漏斗來協助倒入橄欖油，在指定的位置上貼上顏色的膠紙，令要求更清晰	將辣椒植物及香草搬到檯上，供參加者可以容易親自採摘

小貼士：香油一般可存放3-5年

香油不可食用，活動主要是用來讓參加者認識有香味的植物

小心參加者在取用胡椒及辣椒，免得令眼睛不適



## 醃製蘿蔔

- 材料：蘿蔔、鹽、白砂糖、辣醋
- 用具：大玻璃瓶、刀、刨、砧板

### 製作步驟：



1 蘿蔔洗淨，以1小匙鹽醃20分鐘，再洗淨瀝乾



2 用刨刀削蘿蔔皮



3 切塊約2-3公分大，切好的蘿蔔置於陰涼處把水份風乾



4 將切好的蘿蔔放入大玻璃瓶



5 再放入白砂糖至所有蘿蔔沾滿沙糖



6 加入1瓶辣醋，再蓋好放雪櫃內



7 在密封的容器中醃製2天



8 便可品嚐醃製蘿蔔

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可每人各自製作一瓶	使用刀時，需小心看管，可改用較細及不太鋒利的刀	切蘿蔔的步驟可以與治療師一同製作	按參加者的肢體受損部份而調節物資及工具；多著重對此食物的經驗分享

小貼士：可選在冬季進行此活動，此時的蘿蔔比較甜美，醃製出來更美味。

亦可選用紅蘿蔔醃製，青瓜亦可，但青瓜水份較多，需先用抹手紙/布吸乾水份才進行醃製。



## 環保膠樽種植

- 材料：植物、培植土、膠樽、塑膠彩
- 用具：剝刀、鏟、剪刀、水筆、調色碟、畫筆

### 製作步驟：



1 用剝刀將膠樽的底部剝開



2 用水筆畫出自己喜歡的圖案



3 用剪刀剪出形狀



4 用塑膠彩畫上喜歡的圖案並在底部用尖利器開去水孔



5 加入培植土於膠樽內至1/2滿



6 將植物去盆後移到膠樽內



7 將膠樽餘下的空位填滿培植土



8 為植物澆水

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	肢體傷殘人士
可給予不同的圖案讓參加者參考，使容易設計膠樽的形狀及圖案	可以減低膠樽設計的難度，讓參加者容易掌握，治療師協助在膠樽底部開去水位；可選較大呎吋的膠樽製作	如參加者手肌較弱，可以協助剝開膠樽及開去水位；可選較大呎吋的膠樽製作；可改用水種的植物

小貼士：在選取植物時，要配合膠樽的大小，膠樽的圖案設計可按參加者的能力而調節，並可改種植水培植物。



## 種子森林

- 材料：火龍果種子、種植土
- 用具：鏟、澆水壺、心型的模、咖啡杯

### 製作步驟：



1 將培植土放入杯內



2 至九成滿



3 將心型模放入杯中的中央位置



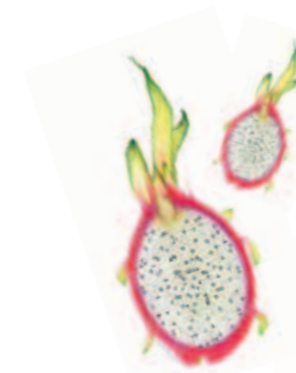
4 澆水在心型的泥土內



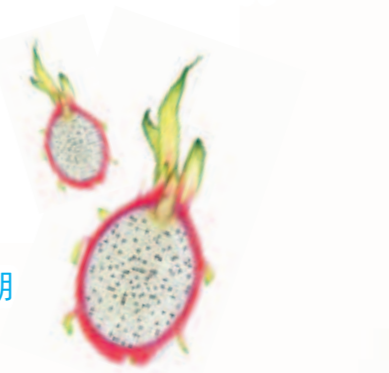
5 取出火龍果種子



6 密密的將種子滿佈在心型內



7 再澆上水份，兩星期後便開始長出幼苗



### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可以利用棉線來幫助參加者間開每行的層次，確保每個位置也放上種子，使種出來的效果更佳	可選用較大粒的種子，如龍眼、柚子；給予種子的果實予參加者認識，讓他們學習種子是從那裡來	可選用呎吋較大的種子，如龍眼、柚子；可選用較大的湯碗代替咖啡杯

小貼士：可隨喜好用不同形狀的模。種子可以龍眼及柚子種子代替，但要因應種子大小而決定花盆的呎吋。



## Up side down

- 材料：膠樽、植物（可選用蕃茄）、培植土
- 用具：剉刀、澆水壺、尼龍繩、打孔器

### 製作步驟：



1 用剉刀把膠樽切開一半



2 取用樽頂的部份



3 把苗倒轉由葉部向樽口放入



4 使苗的根部連同泥土卡在樽口位置，使其固定，再加入培植土



5 在膠樽的上方兩旁打孔



6 用尼龍繩穿入孔內打結



7 使植物可掛起



8 為植物澆上足夠的水份

不同程度殘疾人士的參與建議：

#### 輕度智障人士及中度智障人士

如有需要治療師可協助與參加者一同將膠樽剉出一個開口位，後由參加者用剪刀剪出

小貼士：選取植物時，不要選擇菜葉類蔬菜，最好選些莖部較堅固的植物，如蕃茄、辣椒等。



## 創意環保種植

- 材料：植物、培植土、黑膠袋
- 用具：可用作種植的廢品、鏟、剪刀

### 製作步驟：



1 尋找一個可以種植的廢物



2 修剪合適的膠袋來盛泥土



3 將膠袋包裹在內



4 在底部開數個去水孔



5 加入培植土



6 至七成滿



7 將植物連泥土及根拉出



8 移種在泥內



9 可以將已枯的葉子剪去



10 用手按壓泥土，使植物穩固



11 在餘下沒有植物的地方覆蓋泥土



12 將多餘的膠袋小心包裹在盆內，使其更美觀



13 澆少量的水在植物上



14 廢品種植已完成

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可與參加者一同收集廢物來種植，加深認識可種植物料的原則	膠袋可以改用半圓形的椰棕代替	可減少植物的數量；可選用膠製的鏟，提升控制能力；在移種後，覆蓋泥土在植物間時，可改用小鏟子，增加準確性；拉出植物步驟可由治療師一同協助；可改用室內植物；膠袋可以改用半圓形的椰棕代替	可以按參加者的能力，而選配合用的種植輔助工具；用室內植物代替多肉植物；膠袋可以改用半圓形的椰棕代替

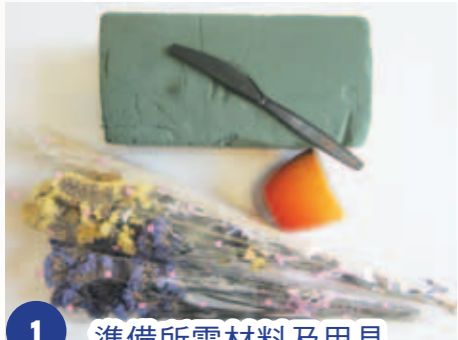
小貼士：挑選植物時，要選相同受水度、適合在室內或室外種植，以及受光度相同的植物，以便照顧。



## 插花擺設

- 材料：乾花、乾花泥、陶盆
- 用具：膠刀、剪刀

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 用膠刀將乾花泥裁至合適放進花盆的大小



3 修平乾花泥表面



4 將花材修剪至合適長度



5 將花材逐一插入乾花泥內



6 直至作品完成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	極度嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可增加體驗乾花製作的過程	可先將花泥切開小正方形供參加者使用，讓他們容易掌握切割	可選用大呎吋的花盆；花泥的切割可以由治療師一同捉手協助完成；可使用不同高度的色紙，供參加者量度乾花長度之用，增加視覺的提示	選用大呎吋的花盆；花泥由治療師先預備好；絲花代替乾花使用，使參加者容易抓握；由參加者選配喜歡的花後，協助插在花泥內	按參加者的肢體受損的部份而調節輔助工具及物資；選配大呎吋的花盆；挑選莖部較硬的乾花

小貼士：完成後，要將作品存於室內，最好有冷氣的地方，因相對的濕度較低，保存乾花更理想。



## 愛心種子包

- 材料：種子、培植土、塑膠花盆、植物名牌、蝴蝶裝飾、密實袋(小)、包裝膠袋
- 用具：膠匙、膠碟、膠杯

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 採收已成熟的種子



3 在種子袋上寫上種子名稱及採收日期



4 將種子放入種子袋內



5 將培養土放入另一膠袋內



6 培養土份量需足夠盛滿花盆



7 將所有物資放入花盆內



8 用膠袋包裝好即成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可將膠袋換轉為色紙摺的種子袋，使其更有特色；請參加者一同前往公園採收種子	請參加者一同前往公園採收種子	可選用大呎吋的花盆及承接培植土的膠袋

小貼士：可在作品內，加上種植的提示，包括植物的名稱、種植的季節、光照及澆水的次數等。



## 滾石葉拓

- 材料：綿質布袋、圓形滾石、大小白紙各一張
- 用具：剪刀

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 在布袋內放入一張紙，可防止植物汁液過底



3 在布袋上擺放花瓣及葉子



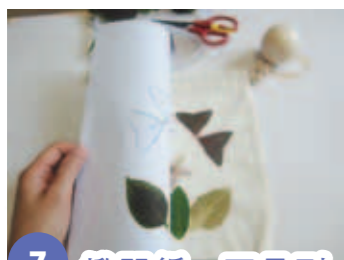
4 在葉子上再放一張紙



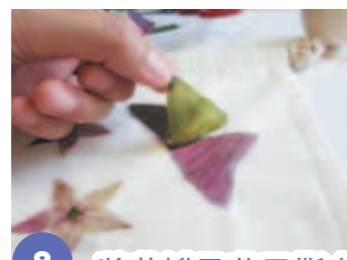
5 用手掌心輕壓及滾動石球



6 將石球重複多次來回滾動



7 掀開紙，可見到拓印效果



8 將花瓣及葉子撕去



9 作品完成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
請參加者到戶外採摘合用的葉及花；可指導參加者用花葉拼砌更多的圖案	請參加者到戶外採摘合用的葉及花	將合用的植物放在檯上供參加者自行採摘；如參加者未能掌握使用剪刀，可由治療師捉手協助；可選些大片的葉子	將合用的植物放在檯上供參加者自行採摘

小貼士：需要挑選較多水份的葉子來製作，過於乾旱的植物不能達至果效，如：松柏。

花瓣相對較多水份，不要過度展壓，影響效果。如多瓣的花朵，可以用剪刀剪出每片的花瓣，重新排列在布袋上，效果更理想。



## 悲傷療癒咭

- 材料：A4咭紙、絲帶、香薰油、顏色筆、植物、雙面膠紙、透明膠片
- 用具：白膠漿、剉刀

### 製作步驟：



1 到戶外收集喜歡的植物



2 將咭紙對摺，留下1吋位置



3 將餘下1吋位置向內摺



4 用剉刀在中間的位置剉1厘米



5 打開咭的內頁，把植物隨自己的喜好貼在咭上



6 用一張透明的膠片貼在植物上(用雙面膠紙貼在膠片兩端作穩固之用)



7 落一滴喜歡的香薰油在咭的另一邊



8 將絲帶穿入咭的兩邊



9 將絲帶打結便成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
請參加者到戶外執拾合心意的花、樹枝或葉子；可增加在咭面上的設計	請參加者到戶外執拾合心意的花、樹枝或葉子；使用剉刀部份可由治療師捉手協助完成	請參加者到戶外執拾合心意的花、樹枝或葉子；可將咭的設計簡化，只對摺，並減去用剉刀部份	可預先將植物收集在檯上，供參加者挑選；可將咭的設計簡化，只對摺，並減去用剉刀部份

小貼士：香薰油濃度較高，請小心不要直接接觸皮膚。

在香薰油上貼上香薰的植物相片，增加參加者對該植物的認識。





## 蛋殼種植

- 材料：種子、培植土、蛋殼、蛋托
- 用具：鏟、澆水壺

### 製作步驟：



1 將用完的蛋殼風乾，放在蛋托上



2 將培植土慢慢加入蛋殼中



3 直至每一個蛋殼也加入培植土



4 利用筆幹插入泥土中，使形成一個小孔



5 將種子放入小孔內



6 將泥土覆蓋種子



7 澆水於泥土內

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士及肢體傷殘人士
可邀請參加者一同協助收集及清洗蛋殼的工序	可改用蛋托直接種植，讓種子在此發芽，成功後再移至花盆

小貼士：種子發芽穩定後，輕輕弄碎蛋殼，將植物連同蛋殼一同移在大花盆上繼續種植。



## 蔬菜種植

- 材料：蔬菜苗、培植土
- 用具：澆水壺、鏟、花盆

### 製作步驟：



1 加入培植土入花盆內



2 在泥土上挖一小窩供下菜苗之用



3 把菜苗從苗格輕輕取出



4 把菜苗適當地分佈在花盆內



5 下菜苗時要預留足夠的空間讓蔬菜生長



6 為蔬菜苗澆水

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
在種植前，可增加合作美化花盆的環節，用塑膠彩畫上美麗的圖案及顏色在花盆上	完成活動後，請參加者學習每天照顧植物的方法，並製作紀錄表	拉出菜苗部份，可由治療師捉手協助參加者參與；可用顏色的尼龍繩分隔所需的種植行數，增加視覺的清晰度	參加者行動不便，也可將花盆搬到檯上，讓參加者可以坐著來製作；改用膠製的鏟

小貼士：每當移種植物後，記緊澆上足夠的水份，以讓舊的土壤及根可以與新的泥土結合，吸收新泥土的營養。



## 葉脈拓印

- 材料：葉子、顏料、咭紙
- 用具：畫筆、紙碟、紙巾

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 將葉底向上，並塗上顏色



3 將葉子塗上顏色一面反轉印於卡紙上



4 掀開葉子，葉脈清晰印於咭紙上



5 貼士：可用紙巾/海綿協助按壓葉子，顏色更均勻，亦可避免弄污雙手



6 待顏色乾透後，寫上內容便可作為心意咭。

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
請參加者到戶外採摘合用的葉	請參加者到戶外採摘合用的葉，並指導參加者可選些較大的葉子	可選較大片及硬身的葉子；如控制水彩/廣告彩有難度，可改用塑膠彩；可改用海綿把顏色印在樹葉上

小貼士：選用葉脈明顯凸起的葉子作印拓，效果較佳。

調色時，不要加太多的水份，這難以印拓出葉脈來。



## 生果酵素

- 材料：水果、冰糖、大玻璃瓶
- 用具：刀、砧板、碗、磅、手套、筲箕

### 製作步驟：



1 把自選的生果洗淨及風乾透，後切片



2 準備大玻璃瓶及冰糖



3 水果及冰糖以1比1的比例放入玻璃瓶



4 完成後，寫上製作日期



5 首一星期可以打開瓶蓋/攪動水果，作排氣的作用，一個月後，可以用筲箕隔開生果



6 即成有益健康的生果酵素

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士	肢體傷殘人士
可由參加者參與切水果部份	可選用提子，容易切開及抓握	可選一些較大及硬身的水果，如：鳳梨、木瓜	可選較大的玻璃瓶；用一些較大及硬身的水果，如：鳳梨、木瓜

小貼士：每種水果也有不同的功效，要了解當中的功用及可選取的水果部份，以及生熟度的配合，如使用木瓜時，需選用青木瓜。



## 環保果皮清潔酵素

- 材料：果皮、黑糖、水
- 用具：塑膠容器

### 製作步驟：



1 將生果皮留下備用，如橙皮



2 將果皮撕碎，愈小愈好



3 加入一份黑糖，將水注入容器，然後攪拌至黑糖完全溶解



4 將撕碎的果皮加入容器，攪拌至浸於黑糖水中



5 關上樽蓋，上下搖勻



6 將容器蓋緊，貼上貼紙標示製作日期，放置1~3月便可使用。

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可讓參加者各製作一瓶，加強他們的學習	請用圖片來介紹該水果植物的型態、生長情況，以及可以品嚐該水果的味道，讓參加者從視覺及經驗吸收知識	可選用較大及樽口較闊的膠樽來製作，讓參加者容易將果皮放入樽口

小貼士：第一個月須每日打開容器上的蓋口，釋放氣體，因氣體非常強，故不建議用玻璃容器，但亦有一些環保酵素經過一個禮拜後，氣體變弱，那就不用再開蓋了。



## 種子袋

- 材料：A4雜誌紙

### 製作步驟：



1 將正方形的雜誌紙其中一條長邊向上摺1厘米



2 將雜誌紙對摺



3 反轉雜誌紙，將其中一邊向上摺，成為三角形



4 將另一邊同樣向上摺



5 將三角的兩邊對角向下摺入如圖一已摺好的1厘米邊內

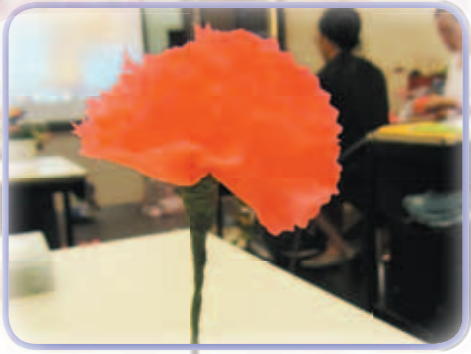


6 將其一邊三角形打開便可放入種子

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	可改用單色的紙張，讓參加者在視覺上較易掌握當中的摺法，治療師需與參加者同步進行各步驟

小貼士：如給予嚴重智障人士參與，可採用循環再用的紙袋/膠袋來代替，也可讓他們一嘗收取種子的經驗，體會大自然的生命循環。



## 康乃馨

- 材料：粉紅色皺紙、綠色鐵線、花藝膠帶
- 用具：花邊剪刀

### 製作步驟：



1 將6張皺紙用花邊剪刀剪出圓形



2 將鐵線打對，穿過皺紙的中間位置，並將鐵線慢慢向下拉



3 將頂部的皺紙用手擠壓，令它變得更皺，後用花藝膠帶包裹花的底部至整條鐵線



4 由最底部開始，用手輕輕拉出皺紙，使它變成為燦爛的花朵

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；穿過皺紙的中間位置，可由治療師先協助用大頭針開孔，才由參加者用穿上鐵線

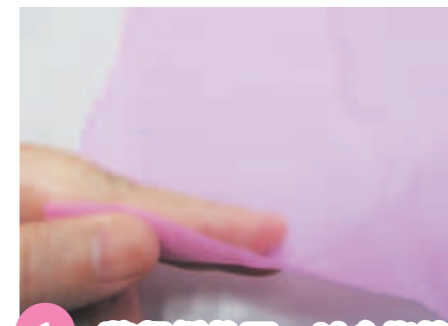
小貼士：此活動需要慢慢一片一片地將皺紙拉開，不要過於用力，容易弄爛花瓣。



## 紙巾玫瑰

- 材料：正方型的餐紙巾1張

### 製作步驟：



1 將餐紙放平，以食指協助捲上（不要太緊）



2 將餐紙鬆鬆的捲在食指上



3 將餐紙中間的部份扭緊，形成花朵和莖兩部份



4 將下方留作莖部用，最外層餐紙拉起作葉



5 將拉起的餐紙向上拉近花托，變成玫瑰花的葉

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士及肢體傷殘人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可改用圓形的物品協助捲曲的步驟，如：圓身的改錯液；如參加者手肌較弱可改用皺紙代替

小貼士：此活動可挑選一些硬身的紙巾來製作，會更易達至效果。



## 紙巾大理花

- 材料：方形紙巾、綠色鐵線
- 用具：顏色水筆、花藝膠帶、剪刀

### 製作步驟：



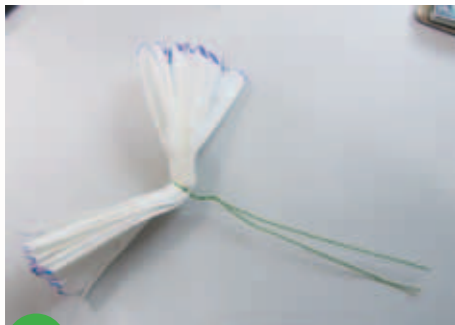
1 以風琴式的方法將紙巾對摺（約1.5厘米闊度）



2 將兩邊用剪刀修剪成圓邊



3 將兩端用顏色水筆塗上顏色



4 用鐵線在中間位扭緊，做成花莖



5 將每一張紙巾輕力地從底部慢慢拉開



6 用綠色的花藝膠帶做成花托及包裹整條鐵線

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可選一些較為硬身的紙巾來製作

小貼士：此活動需要慢慢一片一片地將紙巾拉開，不要過於用力，容易弄爛花瓣；填色在紙巾上時也不要過於用力，以免弄爛紙巾。



## 馬拉紙繡球花

- 材料：馬拉紙、綠色鐵線
- 用具：剪刀

### 製作步驟：



1 以風琴形式將6張正方形的馬拉紙對摺



2 將兩端的位置用剪刀裁成3字型



3 將中間位置用鐵線扎實



4 慢慢由外至內，將馬拉紙拉開至花的形態

不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可減少風琴的密度。

小貼士：此活動需要慢慢一片一片地將馬拉紙拉開，不要過於用力，容易弄爛花瓣。



## 育苗桶

- 材料：鋁罐一個、報紙、培植土、雪條棒
- 用具：剉刀、釘書機、水筆、膠紙、封箱膠紙、鏟

### 製作步驟：



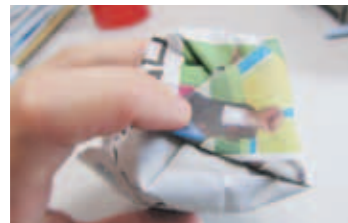
1 將鋁罐分成1/3，切開頂部



2 用封箱膠紙在開口位包裹著



3 用報紙沿著罐邊包裹著



4 用報紙沿著罐邊包裹著



5 將底部整齊地向內摺，並用膠紙貼實



6 在上方報紙的開口位置用釘書機釘一下



7 加入培植土，種子及水；在雪條棒上寫上植物的名稱

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
先為參加者切開汽水罐的部份	先為參加者切開汽水罐的部份，並先貼上一層普通膠紙，減低弄傷的機會	可改用較硬的直身膠杯來代替汽水罐

小貼士：不要過度澆水，會引致報紙過濕而爛。



## 相架

- 材料：2張有花紋的A4紙

### 製作步驟：



1 將花紙兩邊對摺



2 將其中一邊向上摺1.5厘米



3 另一條邊向上摺3.5厘米



4 將花紙反轉



5 將兩邊摺起的邊互相扣入，便可成為相架的座



6 取另一花紙，將四邊的角向中間摺入



7 再將四個角向內摺



8 將最外的四角向後摺入



9 將完成的相架放在座上

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可選用一面有花紋，另一面是淨色的紙張，讓參加者容易分別各步驟的摺法	如參加者難以按以上步驟製作相架，亦可自行設計簡單的做法

小貼士：在活動前先請參加者自行為喜愛的植物或大自然拍照並晒出相片，後將相片存放在相架內，讓參加者在家中回憶植物帶來的愉快心情。



## 馬拉紙茉莉花

- 材料：大小不同的深紫色的馬拉紙3張、細淺紫色的馬拉紙1張、綠色鐵線
- 用具：剪刀

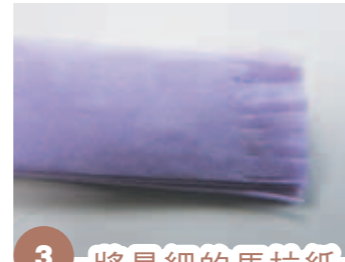
### 製作步驟：



1 以風琴形式將4張大小不同正方形的馬拉紙對摺



2 將3張大的馬拉紙兩端的位置，用剪刀裁成3字型



3 將最細的馬拉紙兩端剪成直條



4 打開馬拉紙，由大至小，下而上排好



5 將中間位置用鐵線扎實



6 慢慢由外至內，將馬拉紙拉開



7 直至成花的型態



### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可減少風琴的密度。

小貼士：此活動需要慢慢一片一片地將馬拉紙拉開，不要過於用力，容易弄爛花瓣。



## 種子盒

- 材料：雜誌紙2張

### 製作步驟：



1 將正方形雜誌紙的四角向中間摺



2 將兩邊向中間對摺



3 將上方底部的三角形向上拉出，用手指協助將兩側的位置向入摺



4 再將三角形向內摺，使它成為盒的邊。



5 對端也同樣摺法

\*再用另一張較細的正方形雜誌紙，用相同的步驟摺出一個盒，便可成為一個有蓋的種子盒

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	可改用單色的紙張，讓參加者在視覺上較易掌握當中的摺法，治療師需與參加者同步進行各步驟

小貼士：如參加者難以掌握以上摺法，可採用循環再用的小盒來代替。



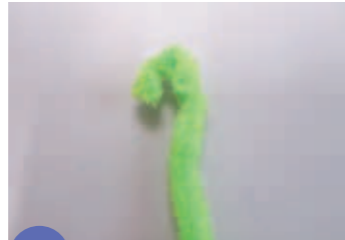
## 紙花盆栽

- 材料：6張不同顏色的皺紙、鐵線絨條、花盆、水苔、乾花泥
- 用具：花邊剪刀、膠刀

### 製作步驟：



1 將3張不同顏色的皺紙，用花邊剪刀剪出圓形；將另外3張皺紙剪出比剛才大一點的圓形



2 將鐵線絨條的一端向下摺0.5厘米使其成為花蕊



3 大圓在底部，小圓在上方；將鐵線絨條穿過圓形的中間



4 每拉下一個圓形，用手擠壓一下使其更皺，讓花瓣的效果更佳



5 由外至內拉出每層的皺紙



6 用膠刀切出大小合適的乾花泥放在花盆內



7 將製成的花量度合適的高度後，剪出多餘的絨條，將花插在花泥中間



8 在花泥上加上水苔便成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
治療師需與參加者同步進行各步驟	治療師需與參加者同步進行各步驟；可先用大頭針在皺紙中間開孔，讓參加者容易穿入鐵線	治療師需與參加者同步進行各步驟；治療師可以先預備好兩份已剪好的大小圓形皺紙	活動前帶領參加者到戶外認識真實的花朵；治療師預備好兩份已剪好的皺紙，並捉手協助參加者一同進行各步驟；減去插在花盆的工序，直接將花戴在參加者的手上。

小貼士：皺紙中間的小孔可由大頭針先開一小洞，會比較容易穿入絨條，如中間開的孔過大，會影響花瓣的穩固性



## 插鮮花

- 材料：乾花泥、不同的鮮花材料
- 用具：剉刀、剪刀、花盆

### 製作步驟：



1 將乾花泥浸水一天至濕透



2 用剉刀將花泥切至與花盆一樣大小



3 頂部餘下的空隙也填滿花泥



4 選出合用的花材



5 量度合適的高度後，用剪刀在花部的莖部斜剪



6 先將主花插在花泥上



7 後插入其他襯托的花葉



8 將花上的紗網除下便可

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
可多介紹花材的來源地及種植季節、花語知識等	可改用膠刀將花泥切開	可改用膠刀將花泥切開；參加者手肌控制較弱者，可選一些莖部較粗的鮮花及葉，讓參加者容易將花插入花泥	活動重點集中在花的欣賞、香味及作品完成後帶來的美感上；由治療師捉手協助插花的步驟

小貼士：需每天澆水在花泥上，以讓植物有足夠水份。  
花葉壽命完結後，可將花葉作乾花製作。





## 乾花介子

- 材料：毋忘我乾花、圓形玻璃球、介子托
- 用具：萬能膠、鉗、剪刀

### 製作步驟：



1 將風乾了的毋忘我乾花剪出紫色花瓣的部份



2 剪出可以足夠放入玻璃球數目的花瓣



3 用鉗慢慢放入玻璃球內



4 在玻璃球上方入口塗上萬能膠



5 薄薄圍繞圓形位置塗膠水



6 對準介子托位置貼在玻璃球上



7 用手輕輕扶持，使兩者結合及乾涸



8 待乾後，介子製作便完成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	肢體傷殘人士
如參加者手肌能力較高，可以嘗試將整朵毋忘我乾花放入玻璃球，作另一設計	塗膠水步驟，可由治療師協助	可選用較大呎吋的玻璃球，讓參加者容易放入乾花；塗膠水步驟，可由治療師協助；可用寶貼將玻璃球穩固在檯上，才請參加者放入乾花

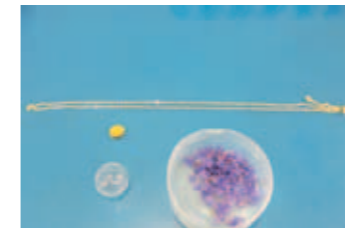
小貼士：選擇介子時，要選擇介子圈可以調較不同的大小，讓每一位參加者也可穿上。  
塗萬能膠時，不要太多，免膠水滲漏至玻璃球其他地方，影響美觀。



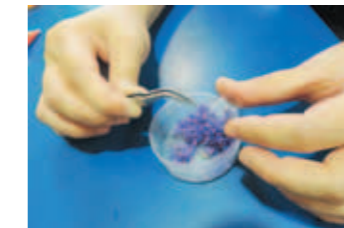
## 乾花頸鏈

- 材料：毋忘我乾花、圓形玻璃球、頸鏈、鏈扣及托
- 用具：萬能膠、鉗、剪刀

### 製作步驟：



1 將新鮮的毋忘我花製作成乾花並將花瓣剪出



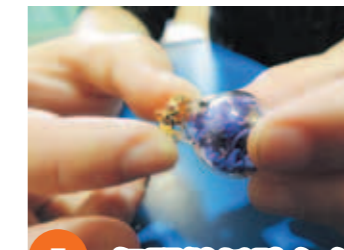
2 用尖鉗把乾花放入玻璃球內



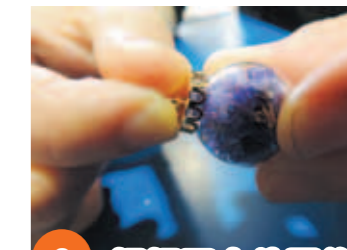
3 把整個玻璃球入滿乾花



4 在玻璃球的頂口上塗上萬能膠



5 把頸鏈托貼在有塗膠水的位置



6 輕輕固定位置約10秒



7 穿入頸鏈



8 把其他配件一同扣上便可

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	肢體傷殘人士
如參加者手肌能力較高，可以嘗試將整朵毋忘我乾花放入玻璃球，作另一設計；頸鍊的配件，可由治療師先整理好	塗膠水步驟，可由治療師協助；頸鍊的配件，可由治療師先整理好；可選用有彎度的鉗，較易將乾花放入	可選用較大呎吋的玻璃球，讓參加者容易放入乾花；塗膠水步驟，可由治療師協助；頸鍊的配件，可由治療師先整理好；可選用有彎度的鉗，較易將乾花放入；可用寶貼將玻璃球穩固在檯上，才請參加者放入乾花

小貼士：塗萬能膠時，不要塗得太多，只需塗上一層，以免膠水滴漏在玻璃球內，影響美觀。



## 迷迭香(Rosemary)朱古力沖飲

- 材料：迷迭香、朱古力沖劑、熱水
- 用具：杯、匙、剪刀

### 製作步驟：



1 準備飲品材料：迷迭香(Rosemary)，朱古力粉和沸水



2 先在迷迭香(Rosemary)香草枝之尾端摘出幾片葉子，然後將它剪成粒狀



3 將沸水注入已放有朱古力粉的杯上，將朱古力攪至均勻



4 再把迷迭香(Rosemary)香草枝放進杯中略作攪拌。(陣陣芳香的迷迭香香味將融入沖飲中)



5 最後將迷迭香顆粒放在朱古力沖飲上



6 一杯芳香迷迭香朱古力沖飲完成了

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
請參加者到戶外種植場地採摘香草	將香草植物盆栽擺放在檯上，讓參加者在室內進行採摘香草；可省去剪碎香草步驟，用整株的香草來作攪伴	活動重點集中在嗅覺、味覺及觸覺刺激上，可多給予參加者用手觸摸香草葉，感受質感，用鼻子嗅香草的香味，以及用口品嚐香草朱古力

小貼士：沖飲可按喜好選擇其他口味，如：咖啡及奶茶等

如不想香草味道過濃，不用剪碎香草放入，可用整株香草作攪伴，亦可帶出香味



## 蒔蘿(Dill)·香草牛油

- 材料：蒔蘿香草、橄欖牛油、容器、多士/米餅/麵包
- 用具：剪刀、匙

### 製作步驟：



1 材料：香草·蒔蘿(Dill)，橄欖牛油及容器



2 先將香草洗淨，後剪成小粒狀



3 然後將香草逐少加入牛油內



4 需攪拌約2-3分鐘，將香草均勻地融入牛油中



5 將已完成之香草牛油放入小容器後備用



6 清香蒔蘿(Dill)，香草牛油配以麵包、多士或米餅味道更佳

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
請參加者到戶外種植場地採摘香草	將香草植物盆栽擺放在檯上，讓參加者在室內進行採摘香草及近距離接觸及認識香草

小貼士：牛油及香草可選擇其他口味，如：植物牛油及香草(迷迭香)等，亦可按喜好略加少許海鹽於牛油內



## DIY 澆水器

- 材料：膠樽、圖案膠紙、貼紙
- 用具：大頭釘、剪刀

### 製作步驟：



1 用大頭針於水樽蓋上釘出5-6個小孔



2 撕去水樽上的包裝紙



3 可隨意用圖案膠紙裝飾樽身



4 也可隨意貼上圖案貼紙



5 將水注入膠樽內



6 把樽蓋蓋好，即成澆水器

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可改用塑膠彩在樽上繪畫裝飾	可以在樽蓋上先用水筆畫上圓點，供參加者容易掌握位置	宜選用普通呎吋的飲品膠樽，讓參加者可以自行拿起澆水器澆水；如有需要可以由治療師一同協助在蓋上開孔的步驟

小貼士：除了用來澆水外，也可以在樽上畫上刻度，混合液體性的肥料在水樽內，指導參加者為植物施肥



## 香草多士

- 材料：迷迭香、麵包、牛油
- 用具：膠刀、剪刀、焗爐、隔熱手套

### 製作步驟：



1 用剪刀剪出迷迭香葉的部份



2 洗淨後，把葉剪成小段



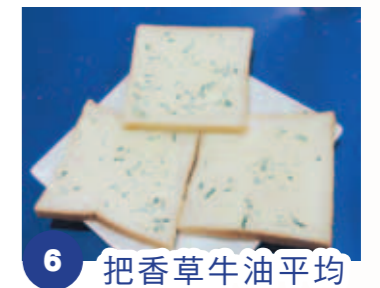
3 加入牛油



4 與香草混和在一起



5 在麵包上塗上香草牛油



6 把香草牛油平均塗在麵包上



7 預先把焗爐預熱



8 調至150度，放入焗爐焗至10分鐘

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
請參加者到戶外種植場地採摘香草	將香草植物盆栽擺放在檯上，讓參加者在室內進行採摘香草及近距離接觸及認識香草

小貼士：焗爐的溫度需要按不同款式而調節不同的溫度，請參照電器的使用指引



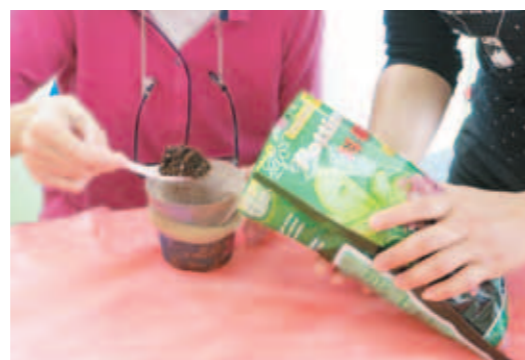
## 草頭娃娃

- 材料：小麥草種子、培植土、活動眼睛
- 用具：小膠盆、膠匙、絲襪、白膠漿

### 製作步驟：



1 將絲襪打開套入花盆，再放一小匙更小麥草種子入襪內底部



2 再倒入培養土，然後一手抓緊襪口將土向下推擠至襪底，然後將襪子打結定型



3 將種子處朝上、放入小膠盆，貼上活動眼睛在小膠盆上方。將草頭娃娃滲在水中4小時



4 草頭娃娃約一星期即會發芽

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可將草頭娃娃設計獨特的樣子，多給予顏料及物資，使其更可愛	可用質地較硬及大一點的膠盆來製作	可用質地較硬及大一點的膠盆來製作；可由治療師一同協助參加者作絲襪打結的步驟

小貼士：製作草頭娃娃時，需留下長長的襪尾在底部幫助吸收水份。

植物需在光照下種植，讓它健康發芽生長，以及每天給予足夠的水份。

如植物生長過長，可以作修剪。



## 柚子燈籠

- 材料：柚子
- 用具：刀、尼龍繩

### 製作步驟：



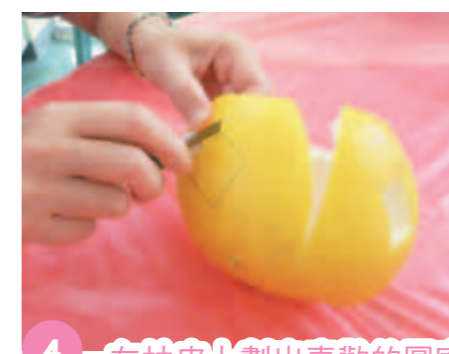
1 介紹生果資料



2 用刀界開柚子皮4邊



3 取出柚子果肉



4 在柚皮上劃出喜歡的圖案



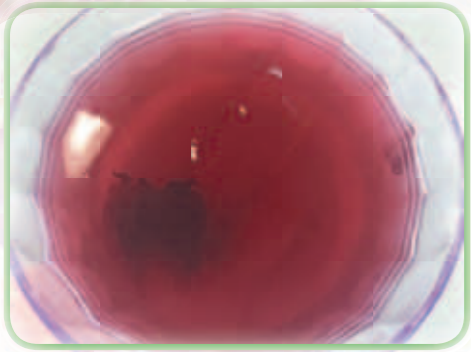
5 在4瓣柚子皮上方開小孔，並穿上尼龍繩

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度智障人士	中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
可給予不銹鋼製的餅模予參加者，並大力地在柚子皮上印上花紋，使參加者更易把圖案劃出	可到書局購買一些細小安全的刀片代替普通剉刀，減低危險性	活動重點集中在嗅覺、味覺及觸覺刺激上，可多給予參加者用手觸摸柚子，認識水果的質感，用鼻子嗅水果的香味，以及用口品嚐水果肉的味道；治療師需協助使用刀的步驟

小貼士：可將柚子種子留下作種子森林活動之用。

建議在中秋節時製作此活動，可帶出節日的食品、活動及水果味道較佳。



## 洛神花果凍

- 材料：洛神花乾花、果凍粉、冰糖
- 用具：攪拌匙、花茶壺、膠碗、果凍杯、微波爐

### 製作步驟：



1 將洛神花乾花放入花茶壺



2 用熱水將乾花沖洗



3 將洗花水倒乾淨



4 加入冰糖



5 加入熱水



6 攪拌至冰糖融化待用



7 量好果凍粉份量



8 果凍粉加入凍水混合後於微波爐加熱約30秒



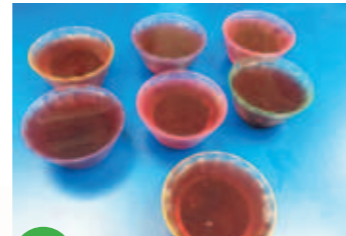
9 將已泡過的洛神花平均分到果凍杯內



10 將果凍粉溶液與花茶混合



11 充分攪拌後倒入果凍杯



12 將溶液放進雪櫃冷凍約3小時即成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士
如是洛神花生長季節，可帶領參加者到戶外親自採摘	可由治療師協助加入熱水及使用微波爐步驟；如是新鮮的洛神花可給予參加者品嚐新鮮果實的味道

小貼士：果凍粉使用份量需依果凍粉包裝上建議的份量。

建議在洛神花生長季節製作，可增加參加者對植物生長的認識，並可親自採摘。



## 香草茶包

- 材料：乾花（例如：玫瑰花、桂花）、紙茶袋
- 用具：膠匙、熱水、杯

### 製作步驟：



1 準備所需材料及用具



2 打開茶袋，將乾花盛入



3 放入適量乾花



4 將茶袋口反摺可防止乾花倒流出



5 用熱水浸泡10秒後將水倒掉，作清洗乾花之用



6 再注入熱水，將茶包放入，直至出味即可飲用

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
可製作獨特的乾花茶包作銷售，增加職業發展的目標	可選用大些的茶包紙來製作，會增加掌控能力	活動重點集中在嗅覺及味覺刺激上，可多給予參加者用鼻子嗅乾花的香味；此外因極度嚴重智障人士感官發展比較弱，建議可泡滲長一點時間，使乾花味道更濃，才讓參加者品嚐；可選用大些的茶包紙來製作，增加掌控能力

小貼士：茶包泡滲的時間長短，可視乎個人口味



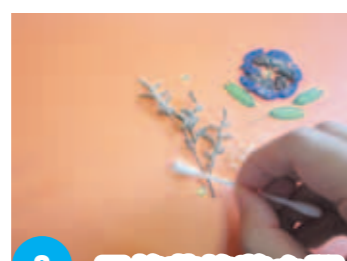
## 壓花畫

- 材料：乾花、卡板、中國繩、閃石
- 用具：白膠漿、綿花棒、打孔機、剪刀

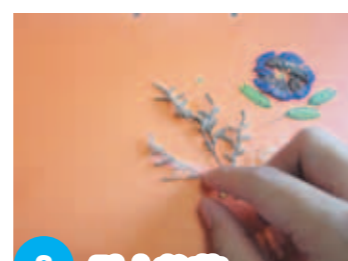
### 製作步驟：



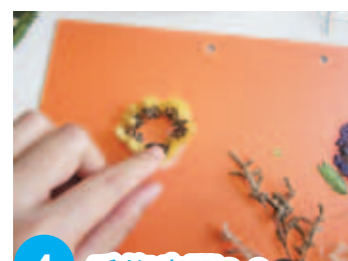
1 準備所需材料及用具



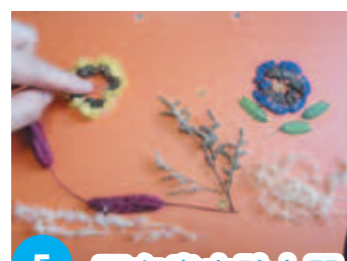
2 用棉花棒將白膠漿塗於卡板上



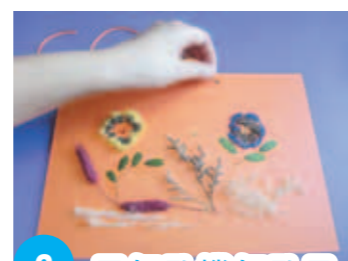
3 貼上乾花



4 重複步驟2-3



5 可在畫中貼上閃石作點綴



6 用打孔機打孔及穿上繩後打結



7 作品完成



### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
可加上一些鼓勵或感謝說話在內，使其更有意義；可採用尖咀鉗來將乾花貼在畫板上	可按需要增加不同大小的乾花，供能力不同的參加者使用	可選用大朵的乾花以及用不織布物資製作的植物圖案來製作，讓參加者容易貼上及抓握

小貼士：可改貼乾花在木相架框上，製作乾花相架



## 乾花香囊

- 材料：乾花（例如：玫瑰花、薰衣草）、紗網袋
- 用具：膠匙

### 製作步驟：



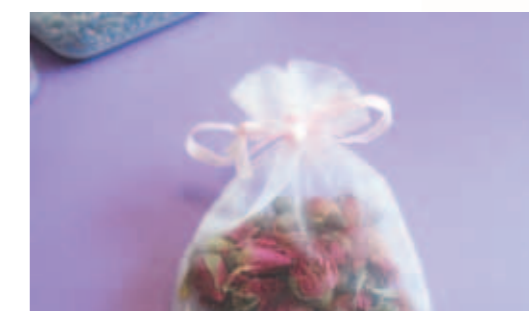
1 準備所需材料及用具



2 打開紗網袋，將乾花盛入



3 放入乾花後，索緊袋口



4 打上蝴蝶結即成

### 不同程度殘疾人士的參與建議：

輕度及中度智障人士	嚴重智障人士及肢體傷殘人士	極度嚴重智障人士
可製作更多不同香味的乾花香囊作銷售，增加職業發展的目標	可選用較大呎吋的紗網袋，讓參加者容易將乾花放入袋中	可選用較大呎吋的紗網袋；植物可選用檀香木，讓參加者更易放入袋中，味道亦濃烈，增加參加者的嗅覺刺激；治療師需協助打結的步驟

小貼士：乾花需存於乾爽的地方，以增加保存的時間。

也可在戶外活動時，帶領參加者採摘新鮮的香草，風乾後來製作香草香囊。

精巧、美觀、實用的園藝活動工具林林總總，市場上能給予的選擇不能在此逐一羅列，但選擇合適的工具予殘障人士使用時卻可以參考以下原則：

- 輕巧耐用、建議選擇較多用途的工具，避免因經常處理、替換不同工具時帶來不便；
- 對於手握力較弱的參加者，要考慮工具手握柄的粗幼、舒適度；以至手柄至工具前端屈曲的方向、弧度是否能讓參加者形成有效槓桿，達至易於發力的效果；
- 對於需要使用長桿柄的工具如泥耙，建議使用較輕巧的材質如碳纖、鋁合金，能調節長短更佳，兩者均能減省重複操控工具時的體力消耗及減少勞損的機會；
- 對於單側兩側力量或協調力較弱的參加者（如痙攣、中風的參加者），圈型手柄或膠製的工具，能加強使用工具時對方向、力度的控制能力；

最後，若能運用創意，細心觀察、聆聽需要，設計個別貼心合用的工具，能給予參加者的，除了舒適享受活動以外，更多一份關懷。在工具設計這方面，職業治療師能給予有效的專業意見及支援。



這是配合人體工學設計的園藝工具，質料較輕，手柄設有彎度，讓殘障人士容易抓握，鏟的前方闊口位置有不同的闊度，方便種植時不同位置及用途使用。

膠製的泥鏟，質料較輕，亦設有不同的大小呎吋，合殘障人士使用。



木製的小泥鏟，可以在空間細小的地方使用，如：覆蓋植物間的泥土、製作盆栽等。質料較輕及易於控制。



較為薄身的鐵製泥鏟，比一般的泥鏟輕，輕度至嚴重智障人士也可提取。



不同功能的澆水器，呎吋細小，質料較輕，方便殘障人士為盆栽澆水之用。



體積比較小的膠製水壺，質料較輕，殘障人士可以容易拿取。

此水壺的澆水柄較長，可以增長澆水的距離，方便輪椅人士使用。



## 顧問：郭毓仁博士

### 現職

- 開南大學養生與健康行銷學系專任副教授暨系主任
- 台北市立大學特殊教育學系兼任副教授
- 財團法人華岡興業基金會園藝治療研究中心主持人
- 中華國際人才培訓與發展協會 (ACP) 專家顧問

### 學歷

- 美國伊利諾大學香檳校區 (UIUC) 自然資源與環境科系博士
- 美國伊利諾大學香檳校區 (UIUC) 園藝系草坪管理碩士
- 國立中興大學園藝系學士

### 經歷

- 美國華盛頓大學(西雅圖)景觀建築系訪問教授
- 中國文化大學景觀學系專任副教授
- 中國文化大學教務處研發組主任
- 國立陽明大學通識中心兼任副教授
- 美國華盛頓大學森林與自然資源學系研究員
- 環保署空保處綠美化評審委員
- 台北市公園路燈管理處綠美化顧問
- 台北市林美國學校球場管理顧問
- 關西保富高爾夫俱樂部全職球場管理總監
- 關西旭陽高爾夫俱樂部全職球場管理總監
- 桃園統帥高爾夫俱樂部球場管理總監
- 美國伊利諾大學香檳校區自然資源與環境科系研究助理
- 美國 Champaign Golf Country Club grounds staff

### 參考書目：

沈瑞琳 (2010)。綠色療癒力：台灣第一本園藝治療跨領域理論與應用大集。台灣：城邦文化事業股份有限公司。

和田文緒 (2014)。日本銷售第一的芳香療法聖經：適合全家人使用的99種精油配方與簡單易學的按摩手法。台灣：大樹林出版社。

郭毓仁 (2014)。園藝療法實案操作：撫慰智能障礙者的綠參與。台灣：詹氏書局。

郭毓仁 (2015)。遇見園藝治療的盛放：啟動五感能力，接受植物療癒力量。台灣：雅書堂文化事業有限公司。

郭毓仁、張滋佳 (2010)。綠色醫生-園藝治療與個案故事。台灣：文經出版社有限公司。

黃盛璘 (2007)。走進園藝治療的世界。台灣：心靈工坊文化事業股份有限公司。

Haller, R. L. (2006). The Framework. In R. L. Haller & C. L. Kramer (Eds.), Horticultural Therapy Methods: Making Connections in Health Care, Human Service, and Community Programs (pp. 5 – 7). US: Taylor & Francis Group.

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.



## Acknowledgement & Disclaimer of Liability

The publication of this training material is under the sponsorship of the Social Work Training Fund (SWTF).

The sponsorship does not, however, imply the SWTF's endorsement of the contents nor guarantee of their accuracy; and views herein are not necessarily those of the SWTF.

The SWTF also accepts no liability for any loss and other consequences that may ensue from or in relation to the publication and/or use of this material.

## 鳴謝及免責聲明

本培訓教材由社會工作訓練基金贊助出版。

社會工作訓練基金並無審批本教材之內容/或保證其內容準確無誤；其內容亦不一定反映社會工作訓練基金的意見。

社會工作訓練基金對出版及/或使用本教材所引致或涉及的任何損失及其他後果，概不負責。

出 版 : 匡智會  
總辦事處地址 : 香港新界大埔南坑頌雅路松嶺村  
電 話 : (852) 2689 1105  
傳 真 : (852) 2661 4620  
網 址 : [www.hongchi.org.hk](http://www.hongchi.org.hk)  
電 郵 : [hdooffice@hongchi.org.hk](mailto:hdooffice@hongchi.org.hk)  
出版日期 : 2015年10月

國際標準書號(ISBN) : 978-988-16068-0-8

贊 助 : 社會工作訓練基金

攝影鳴謝 : 香港理工大學 應用生物及化學科技學系服務學習學科學生

版權所有，如需引用內容，敬請註明出處，謝謝合作。