

護理之家老人參與園藝治療之經驗

The Experiences of Participating Horticultural Therapy of the Older Nursing Home Residents

陳玉敏 中國醫藥大學護理學系 紀政儀 中國醫藥大學護理學系

研究目的 瞭解護理之家老人參與園藝治療的經驗。

研究方法 採質性研究法，以深度訪談收集資料。樣本來自台中市某護理之家，採立意取樣，研究對象共 10 位老人，由研究者設計園藝治療課程，運用容易照顧及老人所熟悉的台灣本土性植物，帶領老人進行為期十週，每週一次的園藝活動。於第十週活動結束後，與參與者採面對面的訪談方式收集資料，資料採 Tesch 的內容分析法分析。

研究結果 老人參與園藝治療的經驗歸納為四個類別，(1)陪伴：看到植物，讓老人感到如同有人陪伴一般，心情低落時也可以和植物說話，進而降低孤單感。(2)成就感：植物的成長令老人感到開心與驚喜，從種植過程中獲得成就感。(3)期待與希望：期待看到植物發芽、開花等生長過程，並為老人帶來生命力與看到希望。(4)連結：參與園藝活動的過程，以植物為媒介，老人有相同的話題，團體間形成凝聚力。不僅會分享各自的種植經驗與生活點滴，甚至在參與其它日常活動時也會相互幫忙。

護理應用 園藝治療是多數台灣老人熟悉的活動，故能提升老人參與活動的動機，不僅可增加老人間互動與生活樂趣，而植物的成長與力量，更對心理健康有正向影響。因此，護理之家可依據老人的需求與治療目標，並考量身體功能的不同，設計個別性的園藝治療課程，達到治療成效。

關鍵詞 護理之家、老人、園藝治療