

园艺疗法体系的组成、内涵与实施应用

Composition, Connotation, Implementation and Application of Horticultural Therapy System

薛滨夏 李同予*

XUE Binxia LI Tongyu*

(哈尔滨工业大学建筑学院, 寒地城乡人居环境科学与技术工业和信息化部重点实验室, 哈尔滨 150006)
(School of Architecture, Key Laboratory of Cold Region Urban and Rural Human Settlement Environment Science and Technology, Ministry of Industry and Information Technology, Harbin Institute of Technology, Harbin, Heilongjiang, China, 150006)

文章编号: 1000-0283(2023)04-0051-07
DOI: 10. 12193 / j. laing. 2023. 04. 0051. 007
中图分类号: TU986
文献标志码: A
收稿日期: 2023-01-28
修回日期: 2023-02-20

摘 要

基于参加美国园艺治疗师注册认证的体会, 通过梳理园艺疗法体系, 从园艺治疗师队伍培养、园艺治疗计划制定、自然疗愈环境设计策略三个层面, 系统分析国外园艺疗法基本组成、本质内涵和实施应用, 揭示其相互关系和角色, 以及对于构建完善的高质量园艺疗法体系的重要作用。结合中国园艺疗法的发展评述与未来展望, 提出依托园林康养与园艺疗法专业委员会推行的森林园林康养师认证体系, 利用疗愈环境和治疗性景观营造, 以及广泛的自然疗愈实践活动, 共同编织完整的公共卫生与康养服务体系, 为促进全民公共健康福祉发挥应用的贡献。

关键词

园艺疗法体系; 注册园艺治疗师; 园艺治疗计划; 自然疗愈环境; 理论与应用

Abstract

Through the combing of the horticultural therapy system and based on the experience of participating in the American horticultural therapist registration certification courses and internship, this paper systematically analyzes the basic components, essential connotations, and implementation applications of foreign horticultural therapy from three levels: horticultural therapist team training, horticultural therapy program development, and natural healing environment planning, which also reveals their interrelationships and roles, as well as their essential functions in building a perfect high-quality horticultural therapy system. Finally, based on the development review and prospects of horticultural therapy in China, it is proposed to promote a certification system for forest garden health therapists, relying on the forest therapy and Professional Committee of Horticultural Therapy, which makes use of healing environment and healing landscape construction, as well as a wide range of natural healing practice activities to further jointly weave a complete public health and recreation service system, which is conducive to promoting the public health and well-being of the whole people.

Keywords

horticultural therapy system; horticultural therapist registered; horticultural healing plan; natural healing environment; application

薛滨夏

1966年生/男/河南卢氏人/博士/副教授、博士生导师/美国注册园艺治疗师/研究方向为自然疗愈与康复景观规划设计、寒地城市水环境保护与水资源利用、弹性城市规划设计

李同予

1984年生/女/黑龙江哈尔滨人/博士/副教授、博士生导师/美国注册园艺治疗师/研究方向为自然疗愈环境理论与实践、传统民居构筑形态与文化遗产

*通信作者 (Author for correspondence)
E-mail: litongyu@hit.edu.cn

中国快速城市化、老龄化以及环境污染人们的关注, 园艺疗法体系的建立也愈加显示其重要性及紧迫性。
对当今城乡居民的公共健康提出了严峻挑战, 园艺疗法作为一种与循证医学和心理治疗这种背景下, 依托绿色自然环境实施的园艺疗法和康复景观等自然疗愈手段, 日益受到疗技术密切相关的自然干预手段, 在健康人

基金项目:

文旅部互动媒体设计与装备服务创新文化和旅游部重点实验室开放课题“基于可穿戴设备交互技术的复愈性环境识别评测方法研究”(编号: 20201)、“基于VR实验探索的大学校园健康环境循证研究”(编号: 20206); 黑龙江省自然科学基金面上项目“基于健康效能循证评价的城市社区自然疗愈体系建构研究”(编号: LH2021E068); 黑龙江省自然科学基金面上项目“应对学生身心健康问题的大学校园康复景观循证设计策略研究”(编号: LH2020E052); 黑龙江省高等教育教学改革研究项目重点委托项目“健康人居环境创新创业课程跨学科教学模式研究”(编号: SJGZ20200196)

居环境领域具有独特的价值和意义，主要包含三方面内容：(1) 注册园艺治疗师队伍，这是相当于专业医师水准的实施自然疗愈人力资源，保障了园艺治疗的水准和有效性；(2) 针对每位参与者精心制定的治疗计划，充分融合了循证医学专业理论和技术，提供可以预期的健康目标和实现途径；(3) 按照治疗需求营建的绿色生长疗愈环境，承载了园艺治疗师组织的疗愈活动，将人与自然完美地连接在一起。从这些意义来看，园艺疗法在促进城乡居民公共健康水平提高方面，具有不可替代的作用，涵盖了从组织机构建设到疗愈环境建设等诸多范畴，具有较大的包容性和社会应用价值。同时，对于探索学科交叉创新方法也具有重要意义。

文章从人与自然疗愈环境的互动关系出发，分析了园艺疗法在健康人居环境规划中的角色和价值，并在科学循证的基础上，探析园艺治疗师培养、疗愈计划制定、自然疗愈环境营建在园艺疗法体系中的重要角色和作用。

1 概念缘起与发展沿革

园艺疗法是基于绿色生长的自然环境实施的一种治疗活动，历史悠久，最早可以追溯到古希腊、古罗马时期的花园疗法^[1]。20世纪70年代，随着西方国家医学核心焦点从疾病向健康的转变，园艺疗法逐渐兴盛起来，成为古老而年轻的现代替代医疗方法，利用植物栽培与园艺操作帮助人舒缓情绪、激发动力，改善体能和运动协调，同时，还有助于治疗心理障碍，增加社会联系和道德感的价值^[2-3]。

园艺疗法是一种以主动式园艺实操为主的自然干预手段，也常常借助被动式景观体验达到身心恢复的目的。园艺疗法自诞生之

日起，就与自然疗愈环境相依相生，密不可分。从空间环境和实体要素来看，园艺疗法依托于自然疗愈环境，通过引入园艺治疗师的组织和指导机制，以及专业化的园艺治疗计划，极大强化了自然疗愈过程中人与环境的互动，以及治疗过程的精细化和科学性，从而超越了单纯的被动式感官体验的范畴，把自发的或泛化的园艺活动提升到循证医学的专业高度，最终获得更大的健康效能。

园艺疗法在欧美国家和澳大利亚、日本、韩国等国家得到良好推广，并于2000年传入中国各地，1973年成立国家园艺治疗与康复委员会(National Council for Therapy and Rehabilitation through Horticulture)，1987年更名为美国园艺疗法协会(American Horticultural Therapy, AHTA)，体系较为完善，极大地推动了园艺疗法在世界各地的发展^[4-5]。随着园艺疗法对于公共健康的积极作用日渐受到重视，在清华大学李树华教授主持下，中国风景园林学会园林康养与园艺疗法专业委员会提出了森林与园林康养师体系，建立了以中西合璧为特点、吸纳中医养生理论精髓的自然疗愈体系。该体系成为世界上首个得到政府认可的自然疗愈体系，标志着园艺疗法在更大范围和更高层级上，成为国家公共卫生建设不可或缺的一部分，承担了重要的角色。

2 园艺疗法体系组成与内涵

2.1 体系概述

从整体架构来讲，美国园艺疗法体系(AHTA)经过近50年的发展，目前在世界园艺疗法领域享有较高的地位，英国、瑞典、丹麦、澳大利亚、日本也较为完善。美国园艺疗法协会将园艺疗法定义为：参与由注册的园艺治疗师发起的园艺活动，从而实现某个既定的治疗目标、康复目标或职业计划的

特定目标^[6]，其宗旨是促进和推进园艺疗法作为一种干预治疗和康复的方法。根据AHTA的规程和相关法律要求，园艺疗法必须由有资质的注册园艺治疗师来主持，虽然公众在公园和绿地的活动也有益于健康，但并不是园艺疗法的范畴。

园艺疗法体系一般包含三个组成部分，园艺治疗师队伍(包括认证与培养制度)、园艺治疗计划和自然疗愈环境。园艺治疗师是实施和保障园艺治疗项目，实现健康服务的关键，是连接病患与治疗活动的纽带和灵魂，决定着治疗项目的进程和质量，这是园艺治疗过程中最具创造性和灵活性的部分，就如同医师的水平往往决定着病患的治疗效果和预后一样。因此，世界上许多国家，对园艺治疗师的培养和考核是极其严格的。

园艺治疗计划相当于医生开的药方，是针对具体客户的疾病症状、身体条件和健康需求，按照循证医学原则和园艺疗法核心理论制定的健康恢复计划，既包含长远的明确的目标，又指向一系列具体的短期恢复内容，具有个体化、实效和可行的特点。自然疗愈环境则是园艺治疗活动实施的场所和环境，包括医疗照护环境的各类附属花园，如医疗花园、治疗性花园、使能花园等，也包括校园和社区的庭园绿地和室内的温室、花房^[2-3]。这一类环境不同于传统的园林景观和绿地，在植物选择、空间环境、设施配置等方面有着特殊的要求，往往超越单纯的感官体验和景观形态的范畴，体现了较强的专业性和技术性规制。

2.2 园艺治疗师队伍的培养

2.2.1 基本介绍

就如同其他领域的从业资质管理一样，在拥有园艺疗法体系的国家，例如美国、英

国、澳大利亚等国，法律规定，只有注册认证的园艺治疗师（HTR）才有资格主持园艺疗法项目，为客户和公众提供园艺疗法的教育和健康促进服务等业务，极大保证了公众参与园艺治疗项目的健康收益和风险控制。

2.2.2 认证条件

以美国园艺疗法协会的注册管理为例，申请成为美国园艺治疗师是一个极其苛刻和严格的漫长考核过程，少则3、4年，长则7、8年，且必须具备以下条件^[7]：（1）美国园艺疗法协会准会员，参与协会组织的学术交流和培训活动；（2）拥有美国园艺学的本科学位（学位课程的设置以园艺疗法为核心课程）；（3）或者拥有相当于园艺学的本科学位，即完成植物科学、人类科学、园艺疗法相关课程的学习，并获得美国大学认证的学分；（4）完成480h的园艺疗法实习。

2.2.3 认证要求

（1）学术成就。学术成就首先要求申请者拥有以园艺疗法课程为重点的美国园艺学的本科学位，一些学校甚至直接设置了园艺疗法专业的本科和硕士学位。对于没有美国园艺学本科学位的申请人，也可以在美国大学教育委员会所认可的、能够提供本科学位的大学，选修植物科学板块、人文科学板块、园艺疗法板块三大板块课程，共

计33学分，成绩全部在C以上。其中，植物科学板块培育了园艺疗法的基础知识和实施的媒介，园艺疗法板块提供了园艺疗法的核心理论和架构，而人文科学板块，主要是心理学课程，为园艺疗法注入了灵魂，是贯穿园艺疗法各个知识要点和实施规则的纽带（表1）。

（2）园艺疗法实习。园艺疗法作为提供健康恢复与治疗的行业，从业人员的实践能力培养至为关键，是将理论知识学习和实际应用相互连接的重要桥梁。因此，实习是美国园艺治疗师注册认证中最为重要的环节，对实习的地点、形式和导师资格都有详尽的要求，申请人必须在园艺治疗师的监督指导下，参与完成由园艺治疗师督导的园艺治疗项目，确保将所学知识融会贯通，深化对园艺疗法的认识，提高实践技能。

实习一旦开始，要在至少三个月以上、两年之内完成。在实习过程中，申请人一方面要熟悉园艺疗法基本的实操作业流程和规范，掌握治疗方案制定、循证研究和文件记录的规程；另一方面要深入理解园艺疗法与其他康复性疗法的关系，学习如何将社会学、心理学以及生理学应用在园艺疗法之中，掌握从对客户的评估、园艺活动方案的制定、交流与沟通技巧到科研相关的实证研究等方法，更重要的是了解如何将植物素材应用到园艺疗法项目之中。

2.2.4 申请标准和流程

申请者向AHTA提供已完成的包括学业和实习的相关佐证材料后，由HTR和HTM组成的委员会按照严格、公正的程序进行，历经4~6个月的审核期，才能决定是否授予美国注册园艺治疗师资质。

2.3 园艺治疗计划

在园艺疗法体系中，针对客户健康状况和需求的人群分析，是整个治疗计划的开始和基础，既包括对某一类人群或每一位客户的健康问题和需求分析，也包含对融入心理治疗技术和康复理论的疗愈活动内容以及基于疗愈环境特点，所确定的园艺种植计划和其他疗愈活动安排。一般来说，包含治疗团队组建、治疗方案制定、疗愈活动策划以及治疗效果评价几个部分。

2.3.1 治疗团队组建

园艺疗法中的治疗团队往往由园艺治疗师或专业医生牵头，邀请来自不同学科与行业的专家组成跨学科团队（Interdisciplinary Team, IDT）^[2-8]，来为特定的客户提供精准和完善的健康恢复服务。跨学科团队一般由园艺治疗师、理疗康复师、植物专家、心理专家、志愿者，以及患者与家庭成员组成，保证知识的互补性和协同配合，并最大化吸取了不同领域对于治疗和康复计划的经验。

表1 美国园艺疗法课程的主要内容
Tab. 1 The table of contents of the American horticultural therapy curriculum

序号 Order number	课程板块 (学分) Course section	必修课 (每门课程至少3学分) Required courses (at least 3 credits for each course)	选修课 (至少选择一门, 每门课程至少3学分) Elective courses (select at least one course, with at least 3 credits)
1	植物科学相关课程 (12)	园艺学概论; 植物繁殖; 植物病虫害管理	普通植物病理学; 温室生产与管理; 苗圃生产与管理; 景观设计; 植物材料相关
2	人类科学相关课程 (12)	普通心理学; 异常心理学; 发展心理学	咨询理论; 残障与疾病; 集体动力学; 治疗原则; 人体解剖学/生理学; 人的成长与衰老
3	园艺疗法相关课程 (9)	园艺疗法的概述、介绍或基础; 园艺疗法的项目管理; 园艺疗法的技能、技术或实践; 园艺疗法的方法与程序; 园艺治疗中的人类问题, 人与植物的关系	



图1 社区环绕的城市植物园
Fig. 1 Urban Botanical Garden for community surrounding

2.3.2 治疗方案制定

针对服务人群和客户的治疗方案是园艺疗法实施中的最为关键的内容, 既体现出循证医学的科学性和工作逻辑, 又发挥了园艺疗法在自然干预方面特有的优势, 是其不同于传统医疗方法的根本所在。在这种特殊的工作框架下, 园艺疗法的治疗方案确定, 需要结合每位客户的身体健康状况评估、健康恢复目标以及有效的自然疗愈技术进行综合考虑, 确定最终的治疗计划。通常, 园艺治疗方案面向三个方向: 身体康复的训练、心理治疗计划, 以及职业技能训练计划。

由于这些治疗方案涉及不同人群和个体, 因而需要严格按照不同的人群特点和需要进行划分, 以此制定细致而周密的治疗目标和计划, 尽可能适应治疗人群和个体的特殊病症和身体承受能力^⑧。同时, 要针对疗愈环境和场所的资源 and 特点, 确定适合的疗愈活动内容, 以尽可能保证治疗的效果和安全性。

2.3.3 疗愈活动策划

园艺疗法项目中的疗愈活动是在一个绿色的生长环境中进行的, 与自然具有良好的互动性, 有利于促成治疗师和患者更好地

沟通配合, 减轻或消除传统心理治疗过程中的抗逆心理, 提高公共参与性、促成团队协作, 在不知不觉中增加客户的社会联系。

疗愈活动一般包括植物种植、后期维护、环境美化, 以及手工艺品制作4大类别。这些活动各自有其对应的目标, 比如身体耐力的提高、手脑协调性的改进, 或者情绪调节和创造力激发, 并应很好地利用现有的环境资源和设施, 以实现既定的治疗计划。

2.3.4 治疗效果评价

作为一种健康服务工具, 园艺疗法项目中的治疗效果评价是必不可少的环节, 其主要功能有三项: 个人的健康信息记录、治疗情况的数据库构建和治疗进程记录或报告, 用于帮助综合治疗团队研判治疗效果, 改进疗愈活动内容和治疗方案, 并便于医疗方面的管理。这一过程要求保护个人隐私, 反映客户需求, 追随新技术引用。借助定性和定量研究的技术方法, 进行有效的评估。

2.4 自然疗愈环境

园艺疗法的治疗活动需要在各类自然疗

愈环境中实施进行, 随着当今社会对公共健康的重视, 园艺疗法已经被广泛应用于医疗、养老院、康复机构、植物园、校园、职业场所和社区环境, 依据空间规模和环境背景的不同, 这些自然疗愈环境强调了不同的功能配置, 其空间形式和景观特征也各不相同。

2.4.1 场地空间

用于园艺疗法实操活动的疗愈环境, 不同于一般性的城市绿化和景观, 都带有疗愈功能的考虑, 因此, 场地的可达性是否良好、是否具有安全性, 远离健康风险因素的侵害, 尤其是场地空间形式和规模是否适宜使用人群开展治疗活动, 都成为设计中的关注重点(图1)。

2.4.2 景观形态

作为被动式感官体验和主动式园艺实操的空间载体和媒介, 疗愈环境的景观形态既要充分体现自然的美感和气息, 充满生长和生命活动的景象, 又要显示出一种内在的科学性与逻辑性, 指向各种出于疗愈活动的功能配置考虑和技术支持。在这种思想主导下, 花园的植物选择、景观塑造抑或是空间格局, 都要按照疗愈活动的内容和实施流程来设计, 形式的愉悦成为一种基本的前提, 而更高的视点在于这种环境有利于或符合疗愈活动的目标和内在要求(图2)。

2.4.3 园艺设施

由于园艺疗法更强调主动实操在健康恢复中的价值和作用, 因而其疗愈环境需要规划设置相应的园艺设施来保证园艺活动的正常进行, 包括抬高的种植床、花架、给水排水设施和沟渠以及堆肥空间。结合一些心理治疗活动, 仪式感较强的花境和装置构造也



图2 充满自然气息的疗愈空间
Fig. 2 A healing space full of nature



图3 满足实操功能的园艺设施
Fig. 3 The gardening facilities with the practice functions

是重要的内容，对于养老照护环境，分布合理的座椅则是必不可少的设施（图3）。

3 国外园艺疗法项目的实施与应用

园艺疗法作为一种有益并且有效的自然干预手段，依托于医疗体系严格、科学和高标准的运行特点，广泛应用到医疗照护、校园、社区以及植物园等专类场所和城市开放空间，帮助居民恢复精力、应对心理问题、缓解功能衰退和残疾带来的不便，取得显著成就，主要实施场所和园艺治疗师承担的角色如表2所示。

（1）医疗照护设施。在医疗照护设施中，由于其使用人群多数患有各种慢性疾病

和心理障碍，或较为明显的机能退化问题，所以这类疗愈空间，包括其附属绿地、庭院和医疗花园，都面向特定的康复功能或心理治疗目标，无论从植物景观设计、空间环境还是园艺设施，都针对相应的治疗项目进行设计，更多考虑实操流程的技术问题，而非仅仅是美观和恢复性体验层面因素。

（2）植物园与城市公园。为一类开放空间，由于其广泛的公共服务功能，以及与周边社区的密切联系，所以也是园艺疗法项目合适的实施环境或基地。依托于植物园优越的自然环境和丰沛的植物资源、强大的技术维护能力，植物园类的空间可以开辟一个角落或园区，为城市居民提供丰富的园艺疗法

培训课程或治疗活动，使专业性的技术内容成为城市大众喜闻乐见的活动形式，承担展示窗口的角色。

（3）社区。是城市的基本构成单元，犹如触角一样连接了所有个体和人群，因而成为实施园艺疗法的重要场所。与医疗照护环境不同，由于缺少医疗和康复领域专业人员和技术设备的支持，社区中的园艺疗法项目，更多面向疾病的预防、体能训练，尤其是心理障碍的治疗需求，如阿尔兹海默氏症、抑郁症、焦虑症、暴饮暴食症，以及吸毒和青少年犯罪行为纠正等问题。

（4）大学校园。大学校园是一个特殊的环境，既有完善丰富的绿地和花园资源，又

表2 美国HTR的就业场所
Tab. 2 Workplaces of the HTR in America

机构类别 Type of organization	实施背景 Implementation background	工作角色 Job role
医疗服务机构	物理或心理康复机构、长期护理机构、临终关怀养老院、儿童医院的娱乐康复项目、精神病医院、社区成年人日间治疗机构、老年痴呆症患者康复机构	HTR、咨询顾问
社会服务机构	问题青少年心理教育项目、心理创伤复愈机构、退伍军人医院职业项目、社区	HTR、培训师
教育机构	高等教育学校、专科学校、特殊教育机构、发育性残疾人士职业项目	项目经理、培训教师
园林园艺机构	康复景观设计部门、社区开放公园、植物园的园艺疗法项目	HTR、技术顾问
其他	工作环境、监狱	HTR、项目经理

拥有庞大的服务人群，是实施园艺疗法绝佳的场所。大学生正值青春期，学习任务繁重，社会经验不足，因此往往面临着多重的压力，这种压力给学习和生活带来负面的影响。园艺疗法在大学校园实施，有助于帮助学生缓解压力、提高注意力，通过与自然建立紧密的关系，而培养一种积极乐观的学习生活方式。

(5) 其他。诸如工作环境、商业环境，甚至监狱，也可以通过引入园艺疗法而调动人体五感的刺激，提供容纳人类情感的多样空间，修复身心健康、激发创造力，促进社会融入的机会。这类空间可以是充满生机的新奇的景观环境，令人身心舒畅、精神为之一振，也可以鼓励与环境互动，通过实操作业达成更广泛的健康目标。

4 中国园艺疗法的发展与未来展望

4.1 发展历程

中国园艺疗法的兴起始于2000年，清华大学的李树华教授系统论述了英美两国园艺疗法的发展情况，首次向中国学者和社会公众介绍了园艺疗法概念和实施体系，提出在中国推进园艺疗法的重要性与迫切性。2014年7月29日，中国社工协会心理健康工作委员会园艺治疗学部在沈阳成立，这是中国第一家园艺治疗学术机构。其后，举办了系列研讨会，邀请国内外专家，围绕中国园艺疗法的科学研究、康复景观设计、园艺疗法教育与园艺治疗师培训、园艺疗法实践等议题展开讨论。

受欧美和日本等国家半个世纪以来所取得的成就鼓舞和影响，园艺疗法在中国广受欢迎，蔚然成风，中国园艺疗法事业正蓬勃发展。2020年6月，中国风景园林学会园林康养与园艺疗法专业委员会成立（后更名为园林康养与园艺疗法专业委员会），经过不懈努力，于2022年6月将包括森林康养师、园

林康养师两个工种在内的森林园林康养师成功纳入了国家人力资源社会保障部《中华人民共和国职业分类大典》，在国家层面上被确认为正式职业，是世界自然疗愈行业发展的里程碑事件。园林康养与园艺疗法专业委员会定义森林园林康养师为：“从事森林或园林康养方案设计、环境评估和场所选择、康养服务、效果评估、咨询指导的服务人员”，使得中国的自然疗愈体系，能够针对不同人群特点，制定科学的身心健康恢复方案，为全面公共健康提供更好的服务。

4.2 国际交流

在中国园艺疗法事业发展过程中，高校教师主导的国际交流为其注入了新的思想和视角，成为推动园艺疗法发展的重要力量。2014年以来，中国社工协会心理健康工作委员会园艺治疗学部，以及后期成立的相关协会和机构，召开了各类学术研讨会，邀请外国学者交流自然疗愈的理论和经验。2018年在清华大学举行的亚洲园艺疗法联盟国际会议暨中国园艺疗法学术与实践研讨会，邀请了11位国内外著名专家做大会主旨报告，设立“植物文化与生活”“园艺疗法科学研究”“园艺疗法管理（教育、认证、运营与督导）”“康复景观设计”“园艺疗法实践”5个专题论坛，200多位专家学者和相关人士出席，规模盛大，将中国园艺疗法事业发展推向一个高潮。2019年、2020年，香港理工大学护理学院院士、名誉教授赖锦玉团队、清华大学李树华团队先后荣获美国园艺疗法协会（AHTA）查尔斯·路易斯杰出科学研究奖（Charles Lewis Excellence in Research），标志着中国园艺疗法领域的研究走向国际，达到世界一流水平。

哈尔滨工业大学的薛滨夏和李同予副教授应邀在2019美国园艺疗法协会年会做了专

题报告，提出园艺疗法中的文化语境模型^[9]；同年9月，邀请美国园艺疗法大师（HTM）伊丽莎白来访讲学，并在哈尔滨医科大学公共健康学院专家团队负责的儿童自闭症治疗中心进行园艺实操示范，均收到良好效果。同年12月，邀请赖锦玉院士来访讲学，成功申请国家外专局、文旅部多个国家省部级科研项目，从跨学科视角探讨自然疗愈环境和园艺疗法的科学研究议题。2020年，薛滨夏和李同予副教授注册完成AHTA指定的美国高校相关课程和实习要求，成功获得美国HTR认证，成为中国内地第一、二位HTR，这无疑对于中国园艺疗法领域的国际交流与合作具有积极的特殊意义。

4.3 进展与展望

中国近年自然疗愈领域的迅猛发展，得益于一批高校学者和企业社团的大力推动。李树华教授在高校、医院、养老照护机构和社团组织所实施的广泛的理论研究和实践活动，为中国的园艺疗法事业发展进行了前瞻性探索^[10]。东北林业大学园林学院的岳桦教授结合中医的养生理念，利用校园的苗圃进行园艺疗法的科学实验和实操活动，取得丰硕的科研成果^[11]。冯婉仪女士依托其创立的香港园艺治疗协会，在校园、社区和其他公共环境开展园艺疗法的实践和理论研究，推动园艺疗法在中国香港的发展。郭毓仁先生在《治疗景观与园艺疗法》中阐述了园艺疗法的发展、起源、概念以及适用人群对象，介绍了各个操作手法以及植物的功效，并设立了景观与园艺治疗项目，为中国台湾园艺疗法的发展作出了巨大贡献^[12]。

在被动式感官体验方面，浙江农林大学的金荷仙教授在芳香植物领域进行了长期研究和探索，为康复景观和园艺疗法中芳香植

物配置提供了理论依据^[3]。上海交通大学的姚雷教授^[4]率领团队研究了嗅吸香气调节心理状态和情绪的机制，以及芳香手作、植物种植、精油泡澡、植物泡水等芳香疗法的妙用。西北农林科技大学的张延龙教授^[5]围绕牡丹花对人的康复性进行探讨和研究，证明开花时牡丹观赏活动能缓解大学生紧张情绪，对植物康复景观的营造具有指导性意义。天津农学院的李树和教授^[6]研究了蔬菜栽培模块强化身体运动机能的作用，以及对于人们情绪调节、增加活力、培养忍耐力和注意力方面的贡献。中国农业大学的徐峰教授^[7]主张通过气味、色彩、声、光、空气、触摸等多维环境因子强化对人体感官的积极刺激，从而组织多样的园艺活动，使得园艺疗法取得到更好的效果。金螳螂建筑学院的郑丽副教授^[8]探讨了芳香疗法实施模式和发展前景，结合大学生社会实践和城市公益建设，在养老院开展园艺疗法课程讲授和科普教育，把高校的人才培养和社区的社会服务连接到一起。哈尔滨工业大学的李同予和薛滨夏副教授基于跨学科视角，把园艺疗法纳入公共健康的框架下，强调了园艺疗法及其疗愈环境对于各类人群普遍的健康促进意义，提出在城市居住区绿地进行疗愈环境营造和园艺活动组织，进而构建均好性公共健康促进平台的设想^[9-20]。

中国园艺疗法的蓬勃发展，与世界其他国家具有相似的社会背景，超过14亿庞大的人口基数和日趋严峻的公共健康问题，使得园艺疗法等自然疗愈体系成为应对老龄化和慢性疾病的重要辅助手段和理想的选择^[21-22]。但是，中国城市高密度的居住形式，以及公共绿地的管理模式，也阻碍了园艺疗法活动的推广和实施，需要通过理论和实践创新去应对各种挑战。中国风景园林学会园林康养

与园艺疗法专业委员会推行的森林园林康养师认证体系，提供了良好的契机，去积极开拓自然疗愈的社会资源和实施空间，利用疗愈环境和治疗性景观的营造，以及广泛的自然疗愈实操活动，共同编织完整的公共卫生与康养服务体系，为促进全民公共健康福祉发挥应有的贡献。

5 结语

园艺疗法作为一种自然疗愈体系，超越了对人复愈性环境单纯的多维感官体验层面，站在多学科交叉融合的高度，通过主动园艺实操，去全身心地调动人与自然环境的互动，同时融入了现代循证医学、康复医学和心理治疗技术，以寻求最佳的治疗效果。园艺疗法体系的构建离不开园艺治疗师队伍、园艺治疗计划和自然疗愈环境的共同支持，三者缺一不可。因此，园艺疗法必然需要依托园艺治疗核心理论内涵，融合园艺学、心理学、医学、风景园林、城乡规划以及社会学各个领域的理论技术，互相衔接与配合，相互借鉴和交流，以开放、自信的心态与姿态，共同编织出一个完整的公共卫生与康养服务的体系，以更好地利用疗愈环境和治疗性景观，为全民公共健康福祉的推动发挥应有的作用，未来的发展方兴未艾，前景广阔。

注：文中图片均由作者自摄。

参考文献

[1] NANCY G S, RICHARD E K, SAM B W. Restorative Gardens: The Healing Landscape[M]. New Haven: Yale University Press, 1998.
[2] CLARE C M, NAOMI A S. Therapeutic Landscapes: An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces[M]. Hoboken: John Wiley & Sons, Inc, 2014.
[3] SHARON P S, MARTHA C S. Horticulture as Therapy: Principles and Practice[M]. Boca Raton:

CRC Press, 1998.
[4] 李树华. 尽早建立具有中国特色的园艺疗法学科体系(上)[J]. 中国园林, 2000(03): 15-17.
[5] 李树华. 尽早建立具有中国特色的园艺疗法学科体系(下)[J]. 中国园林, 2000(04): 32.
[6] American Horticultural Therapy Association. Horticultural Therapy Defined[EB/OL]. [2023-02-02]. <https://www.ahta.org>
[7] American Horticultural Therapy Association. Professional Registration with the American Horticultural Therapy Association[EB/OL]. [2023-02-02]. <https://www.ahta.org/professional-registration>
[8] 薛滨夏, 李同予, 王月. 城市居住区康复景观设计与应用研究[M]. 哈尔滨: 哈尔滨工业大学出版社, 2022.
[9] XUE B X, LI T Y, LIBBA S, et al. Cultural Connectivity Through Horticultural Therapy Activities[C]. Grand Rapids, US: American Horticultural Therapy Association(AHTA), 2019.
[10] 李树华. 园艺疗法的特征[J]. 园林, 2013, 259(11): 12-17.
[11] 岳桦, 赵景伟, 岳莉然, 等. 基于中医体质学的康复花园参与性设计健康增益评价研究[J]. 中国园林, 2020, 36(05): 42-47.
[12] GUO Y R, SMITH M A L, SPOMER L A. The Effects of Explant Type and Culture Conditions on Turfgrass Callus Initiation and Plant Regeneration[J]. Chinese Horticulture, 1994, 40(1): 1-10.
[13] 雷艳华, 金荷仙, 王剑艳. 康复花园研究现状及展望[J]. 中国园林, 2011, 27(04): 31-36.
[14] 姚雷. 怎样的花园使我们的的心灵变得美好[J]. 园林, 2013, 259(11): 23-25.
[15] 赵仁林, 张延龙, 王茜, 等. 牡丹观赏活动对大学生生理及心理的影响研究[J]. 风景园林, 2019, 26(06): 109-113.
[16] 李树和. 蔬菜栽培在园艺疗法中的应用[J]. 中国花卉园艺, 2018, 415(07): 26-27.
[17] 徐峰. 园艺疗法与园林养生[J]. 园林, 2013, 259(11): 35-37.
[18] 郑丽. 园艺疗法与康复花园是芳香疗法未来发展的新模式[J]. 中国化妆品, 2016, 383(Z4): 88-89.
[19] 薛滨夏, 王月, 戚凯伦, 等. 基于康复花园行为引导理论的城市居住区绿地规划设计策略研究[C]//中国风景园林学会2015年会论文集. 2015: 126-132.
[20] 王月, 薛滨夏, 刘鑫鹏. 康复花园理念在居住区环境规划设计中的应用[C]//. 城乡治理与规划改革——2014中国城市规划年会论文集(10 风景环境规划). 2014: 110-118.
[21] 李树和, 董丽君, 吴月辉, 等. 园艺疗法的疗愈作用及实施[J]. 园林, 2018, 320(12): 11-15.
[22] 陈香波, 杨博, 尹丽娟, 等. 自然疗愈的力量——从森林疗养到园林康养[J]. 园林, 2021, 38(11): 2-6.