

こどもの心のケアにつなげる 園芸療法の活用と癒しの環境の理論

本日の話しは、園芸療法そのものではなく
被災地のこどもの心のケアに
植物のある環境や、園芸活動で生まれる“場”を用いて人の心や身体に好ましい働きかけをしていく
園芸療法の考えを活用していただくというものです。

こどもに必要な心のケア、
こどもとのかかわりかた、
身近な自然や植物をどうやって生活に取り入れていくか、
これらがつながったとき、園芸はこどもの心を健康へと導く療法に近づいていくと考えます。

兵庫県立大学大学院 ・ 兵庫県立淡路景観園芸学校 園芸療法課程
登田 正博

*本資料は、2015年9月23日～11月3日に、仙台市民会館、岩手県立大学看護学部、大船渡市保健介護センター、奥州市社会福祉センター
健やかホールで行ったセミナー（園芸療法によるストレスマネジメント研修会）配布資料を一部編集したものです。（資料転用、複製を禁じます）

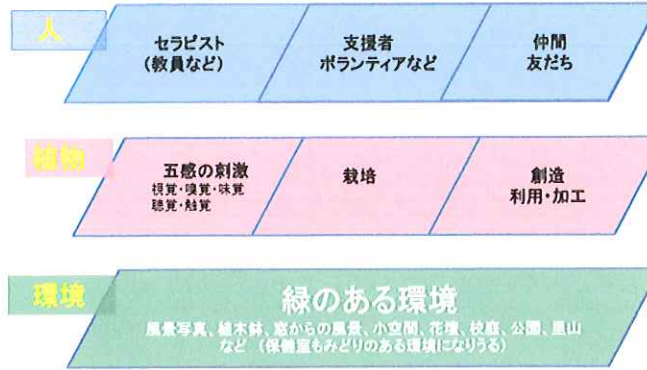
園芸療法の本質

自然、植物、園芸を通してうまれる心やからだの動きを、心身の健康増進のツールとして使うこと。
生育の結果（開花、結実）よりも、プロセス（場面）が大切。

【育てる】 植物・自然に人が歩み寄りたり、働きかけたりする行為

- 1) 成長を見る・愛しむ → 興味・関心の対象 気づき
(自然の摂理 生命の循環)
- 2) 計画 → 未来志向 役割の発見
- 3) 栽培・収穫 → 活動・期待・待つ・発見・喜び・共感・気づき・
協力・協調・自然受入・生育状況受入
責任感・成功体験・達成感・自己肯定感・
連帯感・帰属感
正解は一つではないことへの気づき

園芸療法の三要素



「緑の環境・植物・人が、対象となる人へ 心地よい刺激を与えると その人の心が動き 体が動く」

園芸療法の本質

自然、植物、園芸を通してうまれる心やからだの動きを、心身の健康増進のツールとして使うこと。
生育の結果（開花、結実）よりも、プロセス（場面）が大切。

【創る（利用）】

自己表現との場であると同時に、多くの他者とつながる場

手指の巧緻性 表現（非言語的・言語的） 結果の受容・肯定 共感
助け・教え（甘えの場）

- 1) 収穫・調理・食べる・ふるまう → 協働 協調 …共感・連帯感・帰属感
- 2) 創る・かざる・贈る → 花壇 寄せ植え フラワーアレンジ
押し花 リース 植物クラフト
…達成感 他者からの評価 自信
人との新たなつながりへ

園芸療法の本質

自然、植物、園芸を通してうまれる心やからだの動きを、心身の健康増進のツールとして使うこと。
生育の結果（開花、結実）よりも、プロセス（場面）が大切。

【感じる】 環境・植物からの刺激に気づくこと

1) 緑の環境 → 安心、緊張緩和、興味・関心、運動、挑戦

休息 散歩 ネイチャーゲームなどの活動ができる

2) 植物とのふれあい

→ 緊張緩和 興味・関心 感情表出 コミュニケーション
共感 思い出

状態や発達段階に応じた対応例

- すべての児童に → 1) 緑がある安全・安心できる場は、精神安定に有効
2) 五感を刺激する現実感を伴った活動を行うことは有効
3) 協力し合う・共感しあう・励ましあう場など、表情、態度、言葉などでコミュニケーションが取れる活動は有効
- 高揚感・興奮 → フラストレーション発散型プログラムへ
屋外活動 粗大動作のある作業（花壇、校庭、公園など）
* ネイチャーゲーム、屋外花卉当箱、木の実拾い 葉っぱペイント
畑の耕うん 土ふるい …