

从园艺疗法到园林康养——以国内主要组织与代表性研究为例

From Horticultural Therapy to Garden Healthcare: Taking Major Groups and Representative Studies in China as Examples

涂若翔 宋颂 肖毅强*

TU Ruoxiang, SONG Song, XIAO Yiqiang*

基金项目: 广东省自然科学基金面上项目 (编号: 2021A1515012376); 广东省基础与应用基础研究自然科学基金面上项目 (编号: 2024A1515012240)

摘要

园艺疗法是以植物为主题、以园艺活动操作来调节人体身心健康的方法。在中国知网和万方数据库中,以园艺疗法、园林康养等为主题词进行中文文献检索,时间截至2024年2月,筛选后得到相关期刊文献162篇。园艺疗法历史理论与设计应用是目前国内研究主流,而多数实证研究由医学研究团队开展。通过VOSviewer软件对关键词进行聚类分析发现,国内园艺疗法研究持续关注心理健康,研究对象扩展至潜在亚健康人群;对作者合作网络进行聚类分析发现,清华大学李树华教授团队是国内该领域最主要的研究团队。选取中文文献中具有代表性的8篇实证研究论文,比较其试验方案与研究结果发现,这些研究为园艺疗法操作流程的优化提供了支持,并为后续实证与循证研究范式的构建提供了参考。对中国园艺疗法主要组织、学术会议发展情况进行梳理亦发现,清华大学团队起到关键作用,并扩展了园艺疗法的内涵与深度。

Abstract

Horticultural therapy, a practice involving cultivation and interaction with plants, aims to enhance and restore individuals' physical and mental health. By searching for "Horticultural therapy", "Green therapy" and "Garden healthcare", etc. as subject terms in Chinese National Knowledge Infrastructure and Wanfang Database until February 2024, a total of 162 relevant papers were retrieved after screening. The history, theory and design application of horticultural therapy are currently research mainstream in China, while empirical researches were mainly conducted by medical research teams. Through keyword clustering analysis in VOSviewer software, it was found that Chinese horticultural therapy researches constantly focus on mental health, and the research subjects had expanded to potential sub-healthy populations; Cluster analysis of the cooperation network among authors revealed that the team of Prof. Li Shuhua from Tsinghua University was the most prominent research team in this field in China. Eight representative empirical research papers were selected to conduct a comparative analysis of their experimental methodologies, the results revealed that these researches provided insightful contributions to optimizing the horticultural therapy's operational process, serving as valuable references for future empirical and evidence-based research paradigms. Additionally, a review of the development of major Chinese groups and academic conferences in horticultural therapy also revealed that the Tsinghua University team has played a key role in expanding the meaning and depth of horticultural therapy.

文章亮点

1) 综述了国内园艺疗法的研究现状,梳理了中国园艺疗法主要组织与学术会议等学术共同体的发展历程; 2) 研究发现,国内园艺疗法研究需要更多实证研究支持,在操作流程上具有优化空间。

关键词

园艺疗法; 园林康养; 身心健康; 李树华

Keywords

Horticultural therapy; Garden healthcare; Physical and mental health; Li Shuhua

收稿日期: 2024-01-30

修回日期: 2024-02-23

园艺疗法 (Horticultural Therapy) 指以植物为主题, 以栽培等园艺活动为干预手段, 帮助人从其社会、教育、心理以及身体诸方面进行调整更新的方法^[1-2], 目前已作为常见的心理健康干预疗法在我国被广泛使用。其概念区别于源于森林浴 (Forest Bath)、森林疗养 (Forest Therapy) 的森林康养 (Health Rehabilitation and Recreation in Forest), 森林康养指依托森林环境开展有益人体身心健康的休闲、游憩和度假等活动与过程^[3]。

近年来, 园林康养 (Garden healthcare) 的理论被进一步提出, 指通过各尺度的风景园林及其自然要素的体验, 如荒野、城乡绿地、风景名胜、公园与花园等, 在生理、心理和社会方面对人体产生疗愈与健康养生的功效^[4]。园林康养的具体服务类型与相近称谓包括了生态疗法、自然疗法、绿色疗法、荒野疗法、森林康养、田园疗法和花园疗法等。英文语境下的绿色疗法 (Green Therapy) 理论,

指通过自然干预来解决人体身心健康问题, 且强调绿色植物的数量^[5]。该称谓涉及的范围稍广, 在范围与服务对象上可对应中文语境下的园林康养。森林康养与园艺疗法在活动的实践尺度、地点和方式上有所区别, 园林康养则在中文语境下涵盖了园艺疗法。

1 中国园艺疗法研究现状

1.1 文献检索方法

以园艺疗法为主题词, 以“园艺、绿色、园林、自然、田园、花园”与“疗法、治疗、康养”两两组合为检索式, 在中国知网与万方数据库进行主题检索。检索时间截至 2024 年 2 月, 搜索范围限制为北大核心、CSSCI、CSTPCD、CSCD、SCI、AMI 及 EI 收录期刊并补充《园林》《广东园林》2 本刊物。中国知网检索得到文献 292 篇, 万方检索得到文献 533 篇, 删除重复文献后共计 665 篇。后经论文标题与摘要筛选, 剔除恢复性景观论文 11 篇、完全无关主题论文 488 篇、英文论文 4 篇,

选入分析的中文文献共计 162 篇。

1.2 发文数量和研究热点

依据主题与研究方法分类, 162 篇论文可分为 4 个主题, 分别为园艺疗法应用与康复景观设计 (31 篇)、园艺疗法历史与理论 (66 篇)、园艺疗法实证研究 (50 篇) 和园艺疗法研究综述 (15 篇)。从发文数量上来看, 园艺疗法的历史理论介绍与设计应用是该研究领域的热点主题 (图 1)。在入选的 50 篇园艺疗法实证研究中, 心理学、护理专业等医学背景的研究占入选论文中的实证研究逾 60% (图 2)。

从发表时间上来看 (图 3), 中国园艺疗法研究基本稳定发展。最早发表论文为 1995 年, 现东南大学王晓俊教授综述植物景观偏好与情绪关联性, 并介绍园艺治疗概念。自 2011 年风景园林正式成为一级学科起, 论文发表数量呈波动上升趋势, 数量最多的年份为 2020 年。在 2020—2023 年新型冠状病毒感染疫情期间, 受风景园林与公共健康的大健康类研究热点影响, 直至 2023 年园艺疗法研究数量才有所回升。

使用 VOSviewer 软件对选入文献的题目、摘要进行关键词聚类分析, 纳入词频标准为 3 次及以上, 结果共计 26 个高频词汇 (图 4)。依据关键词网络及对应的发文时间, 剔除文献检索使用过的关键词, 可将研究分为 4 个阶段: 1) 早期实证研究 (2014—2015 年), 包括对康复、精神分裂症人员进行实验; 2) 设计理论与综述 (2016—2017 年), 涉及实践领域的风景园林、康复景观、社区花园和植物景观, 主要是研究主题的应用、研究进展和综述, 反映人体的心理健康; 3) 近期实证研究 (2018—2019 年), 涉及实践领域的康复花园和护理, 研究对象一般为老年人、大学生、脑卒中和阿尔兹海默症患者, 反映人们的生活质量; 4) 疫情时期 (2020—2023 年), 研究对象一般为抑郁症患者和养老机构人员, 测量结果反映园艺疗法的身心健康干预效果。总体而言, 园艺疗法的研究热点在研究类型上呈现“实证研究 - 设计理论和综述”交替

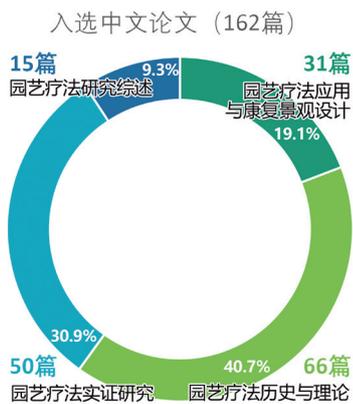


图 1 中国园艺疗法论文主题与类型
Fig.1 Themes and types of Chinese horticultural therapy papers

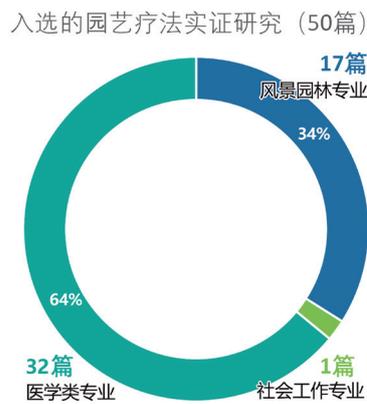


图 2 入选的实证研究作者专业背景
Fig.2 Professional backgrounds of authors of selected empirical researches

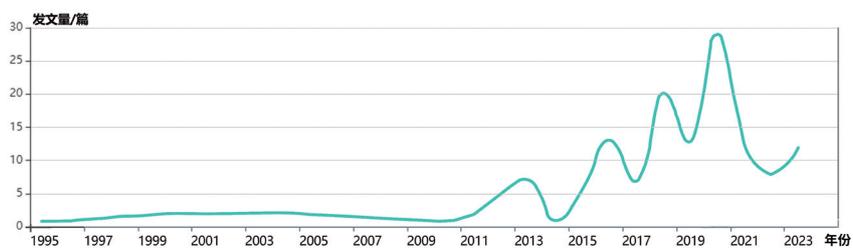


图 3 中国园艺疗法论文发表趋势
Fig.3 Publication trend of Chinese horticultural therapy papers

的变化趋势；在研究对象上呈现由精神疾病患者向老年人、大学生等潜在亚健康人群扩展的普世化趋势；在测量结果上，心理健康一直是园艺疗法研究的热点。

1.3 主要研究团队

使用 VOSviewer 软件对入选文献涉及的 396 名作者的合作网络进行聚类分析，设定最小发文量为 3 篇，最终有 20 名作者符合标准，生成作者合作网络（图 5）。经聚类分析可发现，国内共有 5 个研究团队、4 个相对独立的研究者持续关注园艺疗法，且团队间未形成合作关系。综合发文刊物影响因子来看，其中发文时间最早、发文量最大且研究持续时间最长的团队为清华大学李树华带领的姚亚男、黄秋韵和康宁等人。其他风景园林专业团队有西北农林科技大学的张延龙、牛立新和赵仁林团队，其研究成果分别为特定植物品种、绿色空间的复愈效果；上海市闵行区精神卫生中心的诸顺红与复旦大学附属中山医院的叶尘宇团队，对精神分裂症患者、认知功能障碍老年人开展了较为严格的随机对照试验（Random Control Trail, RCT），以验证园艺疗法效果；李同予介绍了园艺疗法体系与相关园艺疗法实例；严文与崔淑仪关注园艺疗法对慢性阻塞性肺疾病、脑卒中患者的干预效果；艾万峰与李梦春团队主要关注园艺疗法的设计应用。

依据作者网络可知，国内园艺疗法的研究团队间尚未建立起院校间的合作网络，各团队间学术交流不足。依据图 5 中发文时间来看，多数论文的发表集中于个别时段，呈现阶段性、偶然性的特点，或并未将园艺疗法作为其主要研究方向之一。此外，接近 95% 的作者未符合聚类分析筛选标准，

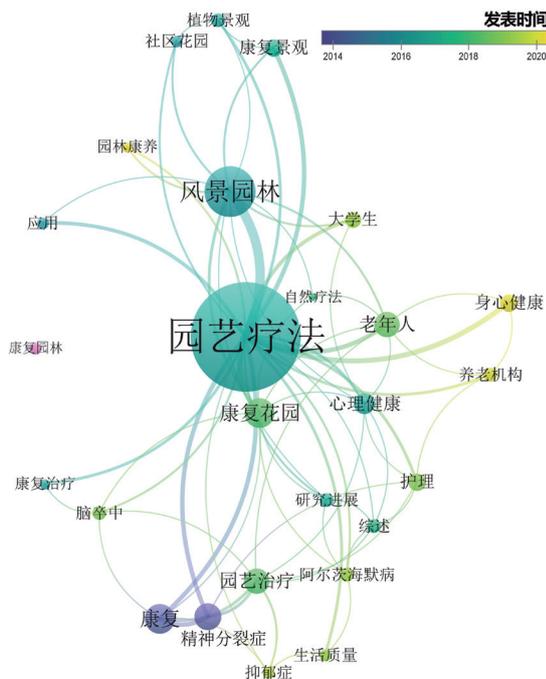


图 4 中国园艺疗法论文关键词共现网络
Fig.4 Keyword co-occurrence network of Chinese horticultural therapy papers

多数论文的作者在该领域发文数量少，研究延续性不足。除清华大学团队外，该领域作者整体上研究时间跨度短，持续关注园艺疗法方向的研究者，尤其是稳定开展实证研究的团队较少。

1.4 代表性园艺疗法实证研究的比较

在上述 50 篇园艺疗法实证研究中选取代表性研究成果进行分析，选取标准为：1) 研究方法为随机对照试验；2) 按医学背景与风景园林专业背景发文比例（3 : 2），依发表期刊影响因子排序。限于篇幅，选择共计 8 篇论文 [6-13] 来比较其试验方法与研究结果（表 1）。经对比，这些研究结果均在不同程度上支持了园艺疗法对居民身心健康的干预有效性。整体上，除园艺疗法研究中理论类、设计类论文过多而实证类研究过少的问题外，上述实证研究尚具有以下改善空间。

在研究方案上，一是大多研究认为自身存在研究时间短、样本量较小 [6-8, 10-11] 的缺憾；二是由于缺乏长期随访设计，研究结果难以反映园艺疗法干预的长期效果 [7, 9-10, 13]，也不利于证明园艺疗法相较于一般性心理支持的特异性作用 [8]；三是试验混杂因素多、干预周期不足导致结果不理想等，后续研究需要扩大样本量或延长干预时间 [10, 13]；四是国内研究多为受试者单盲试验，仅有心理学背景的团队开展了双盲研究，且为评估者单盲，研究结果差异不显著 [6]；五是风景园林背景的团队在试验方案中对受试者分组、受试次序的随机分配机制方面存在欠缺或论文表述不完善。

在研究内容上，多数研究的园艺疗法干预流程包含了简

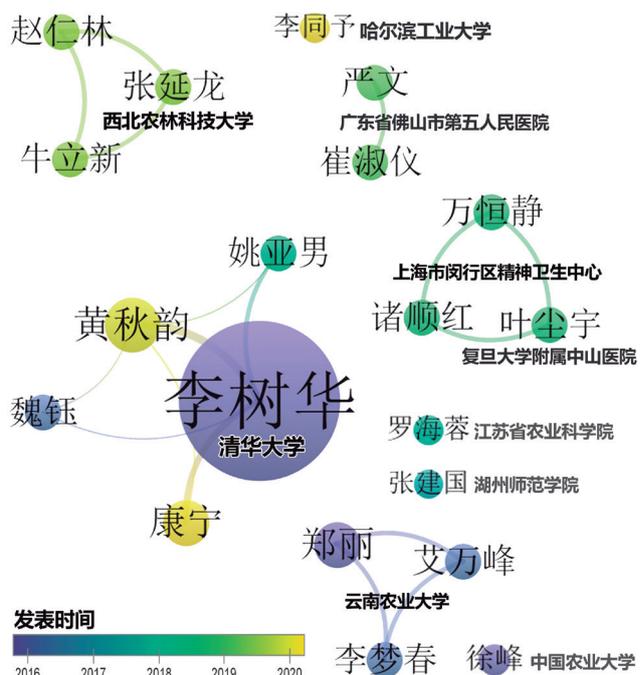


图 5 中国园艺疗法论文作者合作网络
Fig.5 Co-authorship network of Chinese horticultural therapy papers

单室外园艺操作、室内盆景或其他植物类工艺品制作、分享会及展览 3 个环节。医学背景研究团队尤其偏好五感的感官刺激主题^[7-9]，干预流程存在一定程度的同质化情况，但具体活动周期、活动时长或顺序有区别。个别研究对受试者的干预措施偏向“绿色空间暴露”，干预形式属于园林康养范畴而非具体园艺操作。此外，选取的研究对象均为老年人、精神疾病患者和心理症状筛查异常者等弱势群体，或是在校大学生等方便参与试验的群体，过于单一的受试者选择，对于园艺疗法的推广与普及应用不利。

如上所述，多数相关研究的阶段性、偶然性特点，导致其对园艺疗法的研究内容扩展、研究方法创新及技术路线深化等多方面关注不足。清华团队的研究提供了不同园艺操作的效果对比，研究更深入，且具有较好的延续性。其研究证明了园艺疗法中播种、间苗等轻、中等体力活动的恢复性强于盆景、插花等静态操作类活动，后者恢复性又强于观看、触摸和闻嗅等接触活动^[12]，强调了园艺操作及其体力活动的重要性，为园艺疗法流程的优化提供了支持。此外，心理学背景的研究者认为，园艺疗法流程缺乏规范化，难以为试验干预措施提供充足的依据和参照^[6]。未来可结合上述研究结果与认知疗法等其他心理干预疗法，设计更高效、规范的园艺操作流程^[10]。

2 国内园艺疗法行业发展现状

2.1 园艺疗法主要学术组织

国内最早的园艺疗法组织为“中国社工协会心理健康工作委员会-园艺治疗学部”（2015年更名为“中国社会工作联合会”），于2014年7月在沈阳正式成立。李树华教授是发起人之一，并任主任委员^[4]。在区域组织方面，“亚洲

园艺疗法联盟”成立于2016年，并在日本北九州市召开第一次会议，李树华教授作为中国代表之一赴日发表演讲^[15]。在高校研究机构方面，2019年9月，清华大学建筑学院成立“绿色疗法与康养景观研究中心”，李树华教授任中心主任^[16]。在专业学会方面，2020年6月，中国风景园林学会成立园艺疗法与园林康养专业委员会，李树华教授任主任委员，张延龙教授等任副主任委员；后在2021年，专业委员会更名为“中国风景园林学会园林康养与园艺疗法专业委员会”^[17]。

2.2 园艺疗法主要学术会议

国内最早的园艺疗法学术会议“园艺疗法与康复景观高峰论坛暨园艺治疗学部第一届学术与实践研讨会”由中国社会工作联合会心理健康工作委员会主办，心理健康工作委员会园艺治疗学部承办，于2015年在北京举办^[18]。随后第二届（暨2016园艺疗法与康复景观年会）、第三届（前缀更名为“园艺疗法与大健康产业高峰论坛”）分别于2016年、2017年召开，且历年论文结集为《中国园艺疗法研究与实践论文集》。

2018年，亚洲园艺疗法联盟与清华大学主办“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”，次年首次由中国风景园林学会主办“2019中国园艺疗法研究与实践研讨会”^[16]。2020年，“首届中国园艺疗法与园林康养论坛暨中国风景园林学会园艺疗法与园林康养专业委员会成立大会”经中国风景园林学会审议后召开^[19]。该大会第二、三届于2021年与2023年分别在苏州、广州（因故延期）召开。

经园艺疗法主要学术会议的主办单位变化可知（图6），行业组织由社工联合会下一个委员会的学部，转为中国风景园林学会下的一个学术专业委员会。园艺疗法的研究重地从

年份 主要行业组织活动

2014	中国社工协会心理健康工作委员会园艺治疗学部成立（沈阳）
2015	
2016	亚洲园艺疗法联盟第一次会议（日本，北九州）
2017	
2018	
2019	清华大学建筑学院绿色疗法与康养景观研究中心成立（北京）
2020	中国风景园林学会园艺疗法与园林康养专业委员会成立（北京）
2021	专委会名称变更为“中国风景园林学会园林康养与园艺疗法专业委员会”
2023	

主要学术会议

“园艺疗法与康复景观高峰论坛暨园艺治疗学部第一届学术与实践研讨会”（中国社会工作联合会心理健康工作委员会园艺治疗学部承办，北京）
2016园艺疗法与康复景观年会暨园艺治疗学部第二届学术与实践研讨会（承办单位同上，重庆）
园艺疗法与大健康产业高峰论坛暨园艺治疗学部第三届学术与实践研讨会（承办单位同上，常州）
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（北京）
2019中国园艺疗法研究与实践研讨会（中国风景园林学会主办，北京）
中国园艺疗法与园林康养论坛，暨中国风景园林学会园艺疗法与园林康养专业委员会成立大会（北京）
2021中国园林康养与园艺疗法大会（苏州）
2022中国园林康养与园艺疗法大会（因故延期至2023年，广州）

图6 中国园艺疗法主要组织与学术会议发展历程

Fig.6 The development process of major Chinese horticultural therapy groups and academic conferences

表 1 国内代表性园艺疗法研究的研究方法和结果

Tab.1 Research methodologies and results of representative Chinese horticultural therapy papers

编号	研究年份及作者	主要作者单位	观察对象特点及年龄	试验/对照样本	性别	年龄 (均值±标准差) / 岁	干预组	对照组	干预措施	操作内容	结果测量方法	统计分析方法	研究结论	盲法
1 ^[6]	2017, 诸顺红、叶尘宇等	上海市闵行区精神卫生中心、复旦大学附属中山医院	标准诊断的精神分裂症患者, 病程 2 年以上, 年龄 18-70 岁, PANSS 量表 < 60 分, 一定沟通与行动能力	110 例: 55/55	男 48 名, 女 62 名	干预组 46±9, 对照组 48±11	药物合并园艺疗法组 55 例	单纯药物治疗组 55 例	共 12 周, 每周 3 次, 每次 90min。室外活动中人均耕种面积 0.5 m ²	参观、工具使用讲解、浇水与修剪除草、蔬菜采摘、作物的收获和品尝、盆景制作、交流分享等	干预前、中、后: 腰围和体重、甘油三酯、空腹血糖	协方差分析, 重复测量方差分析	研究时间较短, 代偿差异不显著。评估者盲无法避免同时期的差异	双盲 (评估者盲), 随机分组
2 ^[7]	2019, 胡晓龙、张燕华等	上海市嘉定区精神卫生中心	标准诊断的住院精神分裂症患者, 18-60 岁, 病情与身体情况稳定	116 例: 58/58	男 75 名, 女 41 名	干预组 45±8, 对照组 48±7	药物合并园艺疗法组 58 例 (男 37, 女 21)	单纯药物治疗组 58 例 (男 38, 女 20)	共 12 周, 每周 2 次, 每次 60min, 地点为 77 m ² 医院园艺大棚	五感刺激体验: 多肉植物种植、芳香植物种植、微景观制作、园艺手工品制作、参观交流和义卖等	干预前、后: PANSS 量表、缺陷感量表 FIS、总体幸福感受量表 GWB	卡方 X ² 检验、t 检验、Mann-Whitney U 检验	干预有效, 规范的园艺治疗显著改善患者的缺陷感、提升总体幸福感	单盲, 随机分组
3 ^[8]	2019, 方惠、樊少磊等	郑州大学第三附属医院	高危引产孕妇, 18-40 岁; 单胎畸形, 妊娠 14-38 周, 有引产证明; 有读写能力, 意识清楚	90 例: 45/45	全部为女性	年龄未说明	常规护理合并园艺疗法组 45 例	常规护理组 45 例	共 6 周, 每周 1 次, 每次 60min。含热身活动、课程讲解、体验操作和分享共 4 个环节	五感刺激体验: 品茶泡茶、播种施肥、创意插花、分享果蔬、精油体验、干花制作等	干预前后: 创伤后成长量表 PTGI、医学应对方式问卷 MCMQ	非参数秩合检验	干预组的 PTGI、MCMQ 各维度得分均高于对照组, 园艺疗法有助于患者创伤后成长	单盲, 随机分组
4 ^[9]	2021, 吴佳、何桂娟等	浙江中医药大学, 宁波市医疗中心李惠利医院	维持性血液透析治疗患者 (时间 > 3 个月, 每周次数 > 2 次), 病情与精神状态相对稳定	62 例 (脱落 4 例): 32/30	男 32 名, 女 30 名	干预组 53.6±10.4, 对照组 50.7±11.0	常规护理合并园艺疗法组 32 例 (男 18, 女 14)	常规护理组 30 例 (男 14, 女 16)	共 12 周, 每周 2 次, 每次 30min, 地点为医院内园林及血液净化中心实验室	五感刺激体验: 植物观赏、品尝果蔬、植物精油与芳香体验、种子贴画和微景观制作、交流分享等	干预前、后及第 4 周: 肾脏病生活质量简明量表 KDQOL-36	t 检验、卡方 X ² 、秩和检验	干预组的量表 5 个维度得分、生活质量总分显著优于对照组, 园艺疗法有助于提高生活质量	单盲, 随机分组
5 ^[10]	2023, 邱传经、阎升光等	华北理工大学	高校在校生, 心理筛查结果异常、生理体检健康, SCL-90 量表 > 160 分。排除确诊精神疾病、依从性差、同一宿舍或班级	78 例 (脱落 6 例): 57/21	男 36 名, 女 48 名 (原)	19.68±0.92	园艺疗法组 (男 26, 女 37, 脱落 6)	空白对照组 21 例 (男 10 名, 女 11 名)	共 8 周, 每周 1 次, 每次 1h; 另有每日 15min 园艺活动	植物种植、叶插繁殖、分盆修剪等园艺操作, 植物花叶标本与花茶制作, 分享交流; 每日观察、浇水等日常园艺活动	干预前后: 症状自评量表 SCL-90 量表, 头发皮质醇	t 检验, 非参数检验	干预组 SCL-90 总分及各维度得分、皮质醇水平均降低。园艺疗法可以改善大学生心理症状	单盲, 按 3:1 比例随机分配
6 ^[11]	2020, 王茜、张延龙等	西北农林科技大学	身体健康、无身心重大疾病的在校大学生	20 例: 无分组	男 10 名, 女 10 名	18-25, 平均 23.4	无分组, 4 个场景暴露, 室内环境作为对照	空白对照组, 4 个场景暴露, 17min, 重复 3 次, 每次 20 人	4 种校园绿地景观暴露, 各场景 17min, 重复 3 次, 每次 20 人	干预前、后: 血压、心率、简明心境状态量表 BPOMS、状态焦虑量表 STAI、知觉环境恢复量表 PRS、倒叙数字广度测试 DSB	t 检验	暴露种类、样本数量不足, 场景之间独立性不足, 试验结果的精准有一定影响	无盲法, 未说明随机顺序	
7 ^[12]	2020, 杨荣派、李树华等	清华大学、北京市植物园	健康老人、半失能老人、失智老人、孤寡老人, 各类 32 名	126 例 (脱离 2 例): 32/31/31/32	性别未说明	年龄未说明	干预相同, 组间差异对比。	干预组, 组间差异对比。	1 次插花活动操作, 受试观赏和接触 6 种植物材料	干预中全程佩戴脑电采集仪器 (EEG)	双因素方差分析	园艺操作对情绪放松的效果强于单纯的观看、嗅闻、触摸的简单接触方式	无盲法, 随机分组	
8 ^[13]	2020, 李雪飞、李树华等	清华大学、北京市植物园	失智老人, 整个试验过程中均有相关的护理人员协助完成相关测量	34 例: 17/17	男 13 名, 女 21 名	干预组 80.69±8.23; 对照组 81.87±9.05	园艺疗法组 (男 6, 女 11)	空白对照组 (男 7, 女 10)	共 4 次园艺植物栽培, 每种活动约 30min	受试完成主要插花操作, 试验员辅助, 插花操作后交流分享	干预前、后: 血压、心率、心率变异性, 笑量表、SF-12 量表、简易精神状态评价量表 MMSE	t 检验, 非参数 Mann-Whitney U 检验, 卡方 X ² 检验	干预有效促进失智老人正向情绪, 但对智能改善需要进一步验证。间苗比播种活动更能促进男性受试者放松	单盲, 未说明随机分组

社会工作与心理学交叉的分会,逐渐成为风景园林专业下较为主要的一个研究方向。各组织、学术会议的发展也与国内相关论文发表数量的趋势大体一致,行业组织主体的转变促进了园艺疗法研究在风景园林专业内研究数量上的快速增长、研究范式上的规范化。

2.3 清华大学园艺疗法团队的研究转变与作用

清华大学李树华教授是我国园艺疗法研究最早的倡导者、多个园艺疗法组织的主任委员,其研究团队的研究成果与我国园艺疗法的发展密不可分,大致可分为3个阶段。

1) 园艺疗法的引入与绿地物理环境量化研究阶段(2000—2012年),李树华教授引进当时较为前沿的日本森林康养研究,于2000年在《中国园林》撰文号召建立中国的园艺疗法体系^[20],并在我国较早开展绿地在温湿度、空气质量等方面的生态效益定量研究。

2) 园艺疗法的总结与宣传阶段(2013—2017年),开展理论的推广与相关研究实证。2011年,李树华教授出版著作《园艺疗法概论》,并与刘博新等系统性地介绍了康复景观设计理论^[21]、亲生物性理论等^[22]。其实证研究包括养老院庭院使用后心理健康评估^[23]、不同景观的心理影响脑电评估^[24]等。

3) 绿地与公共健康阶段(2018年至今),转向更大尺度的城市绿地公共健康效益研究。李树华教授与刘畅等综述了康复景观研究前沿和热点^[25]、自然环境恢复性^[26]等内容,提出“绿色医学”等理论。其实证研究则包括街道景观、绿地访问行为与情绪健康关联性^[27-28]。

在20余年的研究历程中,该研究团队围绕园艺疗法与绿地健康效益开展相关研究,其专著、综述、设计理论与各分支方向的实证研究成果相互支撑,持续引领我国园艺疗法与园林康养方向研究的发展。

3 讨论

3.1 园艺疗法的名称与范围之变

将近年关于园艺疗法学术组织、会议的关键词按先后进行排序,依次为园艺治疗、园艺疗法、绿色疗法、康养景观和园林康养。结合国内主要团队研究方向的转变,关键词变迁大致延循“尺度上扩大化、对象上公共化”的特点。

其内涵不断扩大的原因,首先是随着时代发展,大众追求健康生活的意愿不断加强,使用群体从原本的高压人群、病人扩展至普通市民,而提供服务的绿色载体从盆景花艺、庭院到园林,乃至城市公园。其次,虽然在中文语境下“园艺疗法”的含义已有具体的内容和定义,但现代园艺学科的发展、内涵与公众对“园艺”的理解之间有较大偏差。伴随服务对象、场地尺度的扩展,可能产生服务内容、研究主体的误解。因此,相对狭义的“园艺疗法”不足以概括具有康养性的庭院、具有公共健康意义的城市公园,亟需“园林康养”来扩展生活环境景观的共同康养性内涵^[29]。

3.2 国内园艺疗法研究现存的问题

目前国内园艺疗法的研究在类型上仍以理论介绍、设计

方法总结为主,实证研究尤其是循证研究的数量严重不足,风景园林专业在园艺疗法的实证研究与试验设计等方面的积累较为薄弱。

同时,目前国内主要的研究团队在学科间交流不足。医学背景研究团队的园艺疗法干预流程同质化,亟待从园艺疗法操作层面优化流程;而风景园林背景的研究则在研究方法、研究范式上存在不足,随机对照试验(RCT)研究数量不足、试验质量整体不高^[30],难以将研究结果转为有效的循证医学证据。其次,主要的团队间交流合作不足,各主要的研究团队尚未形成作者网络。

3.3 研究展望

未来研究应加强多学科合作,风景园林专业研究者可学习医学研究范式,在研究中注意临床干预试验注册、伦理证明、盲法等程序,开展随机对照试验以更好地促进园艺疗法科学依据的积累与长远发展。在实践方面,今后的园艺疗法研究可开展操作流程的规范化研究,为实证研究进一步提供研究议题。例如不同体力活动量、不同操作类型的园艺疗法之间的效益区别,及其对不同人群的恢复性效果,以探索更高效的园艺操作流程作为心理干预疗法,提高相关服务供给的规范化与普适性。

注:图片均由作者自绘。

参考文献:

- [1] 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, 16(3): 15-17.
- [2] 李树华. 园艺疗法概论[M]. 北京: 中国林业出版社, 2011: 8.
- [3] 吴后建, 但新球, 刘世好, 等. 森林康养: 概念内涵、产品类型和发展路径[J]. 生态学杂志, 2018, 37(7): 2159-2169.
- [4] 李树华. 绿色康养[J]. 西北大学学报(自然科学版), 2020, 50(6): 851.
- [5] 丹尼奥·温特巴顿, 刘娟娟. 自然与康复: 为何我们需要绿色疗法[J]. 中国园林, 2018, 34(9): 26-32.
- [6] 诸顺红, 陆志德, 万恒静, 等. 园艺治疗对慢性精神分裂症住院患者代谢的影响[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(6): 447-453.
- [7] 胡晓龙, 梁哲, 张燕华. 园艺治疗对住院精神分裂症患者幸福感与缺陷感的改善[J]. 中国心理卫生杂志, 2019, 33(7): 498-503.
- [8] 方惠, 樊少磊, 崔红霞, 等. 园艺疗法改善畸胎引产孕妇产医学应对方式和创伤后成长的随机对照试验[J]. 中国心理卫生杂志, 2019, 33(9): 657-660.
- [9] 吴佳, 王冠男, 何桂娟. 园艺活动对维持性血液透析患者生活质量的影响[J]. 护理学杂志, 2021, 36(3): 29-32.
- [10] 邱传经, 卢佳美, 赵璟, 等. 园艺疗法改善大学生心理健康问题的效果评价[J]. 中国学校卫生, 2023, 44(6): 884-887.
- [11] 王茜, 张延龙, 赵仁林, 等. 四种校园绿地景观对大学生生理和心理指标的影响研究[J]. 中国园林, 2020, 36(9): 92-97.
- [12] 杨荣焱, 李树华, 刘东燕, 等. 插花活动对四类老人情绪影响比较研究[J]. 西北大学学报(自然科学版), 2020, 50(6): 897-913.
- [13] 李雪飞, 黄秋韵, 李树华, 等. 园艺植物栽培活动对失智老人身心健康的影响[J]. 西北大学学报(自然科学版), 2020, 50(6): 867-880.
- [14] 社工中国网. 中社联心理健康委员会园艺养生研讨会召开

[EB\OL]. (2015-04-21) [2024-02-21]. <https://news.swchina.org/trends/2015/0421/21553.shtml>.

[15] FURATE 会 集 团 . HTAA International Conference 2016: Understanding Our Nature and Culture in Asia[EB\OL]. (2016-11-19) [2024-02-21]. <https://furate.net/chs/publics/index/77/>.

[16] 清华大学建筑学院 . “2019 中国园艺疗法研究与实践研讨会”在北京延庆圆满召开 [EB\OL]. (2019-09-30) [2024-02-21]. https://www.chsla.org.cn/Column/Detail?Id=4647299057062912&_MID=1100028.

[17] 中国风景园林学会信息专业委员会 . 中国风景园林学会 园林康养与园艺疗法专业委员会 [EB\OL]. (2020-08-31) [2024-02-21]. https://www.chsla.org.cn/Column/Detail?Id=5065784034808832&_MID=1100006#.

[18] 社工中国网 . 中社联心工委园艺疗法与康复景观高峰论坛举办 [EB\OL]. (2015-10-28) [2024-02-21]. <https://news.swchina.org/trends/2015/1028/24215.shtml>.

[19] 中国风景园林学会信息专业委员会 . 关于召开 2020 中国园艺疗法与园林康养论坛暨中国风景园林学会园艺疗法与园林康养专业委员会成立大会会议通知 [EB\OL]. (2020-05-21) [2024-02-21]. https://www.chsla.org.cn/Column/Detail?Id=4935377235006464&_MID=1100022.

[20] 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, 16 (4) : 32.

[21] 刘博新, 李树华 . 基于神经科学研究的康复景观设计探析 [J]. 中国园林, 2012, 28 (11) : 47-51.

[22] 刘博新, 李树华 . 康复景观的亲生物设计探析 [J]. 风景园林, 2015 (5) : 123-128.

[23] 刘博新, 黄越, 李树华 . 庭园使用及其对老年人身心健康的影响——以杭州四家养老院为例 [J]. 中国园林, 2015, 31 (4) : 85-90.

[24] 康宁, 李树华, 李法红 . 园林景观对人体心理影响的研究 [J]. 中国园林, 2008 (7) : 69-72.

[25] 李树华, 刘畅, 姚亚男, 等 . 康复景观研究前沿: 热点议题与研究方法 [J]. 南方建筑, 2018 (3) : 4-10.

[26] 刘畅, 李树华 . 多学科视角下的恢复性自然环境研究综述 [J]. 中国园林, 2020, 36 (1) : 55-59.

[27] 陈崇贤, 张丹婷, 夏宇, 等 . 城市街道景观特征对人的情绪健康影响研究 [J]. 城市建筑, 2018 (9) : 6-9.

[28] 刘畅, 李树华, 陈松雨 . 多因素影响下的大学校园绿地访问行为对情绪的调节作用研究——以北京市三所大学为例 [J]. 风景园林, 2018, 25 (3) : 46-52.

[29] 张延龙, 牛立新, 张博通, 等 . 康养景观与园林植物 [J]. 园林, 2019 (2) : 2-7.

[30] KAMIOKA H, TSUTANI K, YAMADA M, et al. Effectiveness of horticultural therapy: A systematic review of randomized controlled trials[J]. Complementary Therapies in Medicine, 2014, 22 (5) : 930-943.

作者简介:

涂若翔/1992 年生 / 男 / 湖北孝感人 / 华南理工大学建筑学院风景园林系、广州市景观建筑重点实验室 (广州 510000) / 在读博士研究生 / 研究方向为绿地公共健康效益、城市景观恢复性

宋颂/1990 年生 / 女 / 河南周口人 / 博士 / 华南理工大学建筑学院 (广州 510000) / 助理研究员 / 研究方向为可持续城市景观、城市建成环境与公共健康

(* 通信作者) 肖毅强 / 1967 年生 / 男 / 广东广州人 / 博士 / 华南理工大学亚热带建筑与城市科学全国重点实验室、建筑学院 (广州 510000) / 教授 / 研究方向为绿色建筑、建筑建构技术、生态景观建筑 / E-mail: yqxiao@scut.edu.cn