

南華大學

建築與景觀學系環境藝術碩士班

碩士學位論文

A THESIS FOR THE DEGREE OF MASTER PROGRAM IN
ENVIRONMENTAL ARTS, DEPARTMENT OF ARCHITECTURE AND
LANDSCAPE DESIGN, NANHUA UNIVERSITY

居家園藝的動機、歷程與效益之研究--

以嘉義縣民雄鄉福樂村為例

A STUDY OF THE MOTIVATIONS, SEQUENCES, AND BENEFITS OF
HORTICULTURE—A CASE STUDY OF FU LE VILLAGE IN CHAIYI COUNTY

指導教授：方芷君 博士

ADVISOR : CHIH-CHUN FANG Ph.D.

研究生：李佩儒

GRADUATE STUDENT : PEI-RU LI

中華民國 104 年 1 月

南 華 大 學

建築與景觀學系環境藝術碩士班

碩 士 學 位 論 文

居家園藝的動機、歷程與效益之研究—

以嘉義縣民雄鄉福樂村為例

A STUDY OF THE MOTIVES, SEQUENCES, AND BENEFITS OF
HORTICULTURE—A CASE STUDY OF FU LE VILLAGE IN CHAIYI COUNTY

研究生：

李佩儒

經考試合格特此證明

口試委員：

李彥斌

方堃君

陳惠民

指導教授：

方堃君

系主任(所長)：

鄧建豐

口試日期：中華民國 104 年 1 月 6 日

謝誌

終於…可以大喊：我要畢業啦！也終於可以回復自己習慣的用語寫這一篇。從一開始決定論文研究方向的迷惘，了解到忠於自己喜好的研究方向有多麼重要！訪談時的趣味享受轉化為文字時的難產與自我能力的懷疑，經過無數頭痛思考、想放棄、熬夜的苦日子，在這些嘔心瀝血的過程後，終於可以回到跳躍思考、天馬行空幻想的世界裡！但在這段日子以來，發現自我潛能的激發，這一切都要感謝在研究所裡遇到的每位老師們的教導，讓我接觸到除了創作之外不同的視野與知識，充實了內在的感知，更透過論文寫作的過程磨練了我的心智，看見不一樣的自己。

感謝科技部計畫的資助，也謝謝福樂村居民熱誠的分享。謝謝指導教授芷君老師不厭其煩的被我打擾與教導；謝謝建慧老師、惠民老師、亭頤老師給予的建議與指導；謝謝資訊一把罩的老公幫我解決大小問題和渡過內心波濤洶湧的階段，給予最有力的支持與陪伴！謝謝親愛的爸媽的鼓勵與體諒，我才得以做自己。李皮皮的寵物療法；公婆、小姑、學姐學妹、同事朋友們的鼓勵、花草樹木鳥兒流水大自然的家人們，有你們陪伴渡過這些時日，我知道其實我一點都不孤單。

最後，謝謝自己，謝謝內在小孩的堅持不放棄，我們做到啦！

佩儒 2015 年 1 月

中文摘要

休閒活動已是現代生活的潮流，而園藝活動是相當受到歡迎的休閒活動之一，同時也是許多台灣人生活中不可或缺的部份。園藝活動除了和人類生活有很深的連結之外，也兼具撫慰人心的功能。不過既往對於園藝相關的研究，大多著墨在都會區域的園藝活動，較少探討介於都會與鄉村之間的新興社區。因此本研究選定居家園藝活動當作研究主題，欲探討城鄉地區居民投入居家園藝活動的起心動念、進行的歷程與從中得到的效益。

本研究採用質性研究之深度訪談法，針對嘉義縣民雄鄉福樂村的 11 位園藝活動之參與者的經驗進行研究。研究發現，一般居民投入園藝的動機為四大類：「興趣嗜好的引發」、「生活重心轉移的寄託」、「環境美化與生態保育」、「童年回憶的滋養」。

在園藝的建構歷程方面，園藝活動的成形著重「他人經驗交流與自我嘗試」，並覺得「園藝植物不一定是消費品」且「植栽與資材的來源多元，喜好分享與手作」。對於植栽的選擇，居民喜好考量是「長年生好照顧」、「視覺饗宴」、「芬芳香氣」、「健康可食用」、「實用性與植物的象徵意義」的種類。關於常見的陳列方式，有「大門對稱佈置」、「遮蔽與掩護」、「依附建築體」，以及「善用公共空間與荒地利用」。一般居民整體園藝活動建構特性為「多樣性」、「重視實用性」、「善用公共空間與荒地利用」。

在投入園藝活動之後，居民所獲得的效益有：「勞動筋骨，活絡思考」、「抒壓放鬆，心靈寄託」、「建立個人自信與成就感」、「享用自種健康食材」、「營造居家休憩空間」、「促進人際關係交流」與「生態環境知覺的啟發」。

關鍵字：居家園藝、園藝活動、動機、歷程、效益

Abstract

Leisure activities have becoming a trend of modern life, and horticulture is one of the most popular ones. For many Taiwanese, horticulture is essential to their daily life and also soothes their minds. However, previous studies about horticulture are mostly focused on the gardening activities in urban areas, and new-build communities between urban and rural areas are seldom mentioned. Therefore, this study is aimed to explore the motivations, sequences and benefits of horticulture.

This study adopted in-depth interview in qualitative research approach: a total number of eleven participants involving in the leisure horticultural activities shared their experiences. It indicates the followings motivations for people plunging into horticulture: “the initiation of interests”, “to find a new goal of life”, “to beautify the environment”, and “to renew the childhood memories.”

The sequences of horticulture focus on “exchanging of experiences and attempts by oneself”, and the interviewees don’t really treat plants as goods. They like sharing and hands-on activities. The main considerations are “easy to take care”, “visual feast”, “fragrance”, “eatable”, and “plants has a metaphor for “good luck.” The interviewees normally focus on “variety”, “practical”, and “to make good use of public spaces and waste lands.”

The benefits of stepping into the world of horticulture are: “the improvement of their health condition”, “pressure relief”, “to have confidence and a sense of accomplishment”, “to enjoy the healthy food ingredients grew by their own”, “to arrange a recreational space”, “to promote personal relations”, and “to inspire the perception of the environment.”

Key words: horticulture 、 gardening 、 motivations 、 sequences 、 benefits

目錄

論文口試合格證明書	ii
謝誌	iii
中文摘要	iv
Abstract	v
目錄	vi
表目錄	viii
圖目錄	ix
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	2
第三節 研究範圍與研究基地介紹	3
一、 研究範圍	3
二、 研究基地介紹—民雄鄉福樂村	4
第二章 文獻回顧	8
第一節 居家園藝定義	8
第二節 參與園藝活動的動機	9
一、 動機的定義	9
二、 動機相關理論	9
三、 園藝活動之相關研究	14
第三節 園藝活動的歷程	24
一、 園藝與空間	24
二、 園藝與人	26
三、 植物展示的視覺美感	27
第四節 園藝活動的效益	29
第三章 研究設計與方法	34
第一節 研究方法	34
第二節 研究工具	35
第三節 研究對象	38
第四節 研究架構與流程	40
第五節 章節安排	41
第四章 研究結果	42
第一節 進行居家園藝活動的動機	43
第二節 居家園藝活動的建構歷程	51

第三節	居家園藝活動獲得的效益.....	88
第五章	結論與研究建議.....	99
第一節	結論.....	99
第二節	建議.....	102
參考文獻	105
一、	中文部份.....	105
二、	英文部份.....	106
三、	網路資料.....	108
附錄一	訪談綱要.....	109
附錄二	研究訪談邀請函.....	111
附錄三	訪談同意書.....	112



表目錄

表 1	園藝活動之相關研究	14
表 2	美感形成原則及運用手法	28
表 3	人們對構圖的喜好評定	28
表 4	園藝活動的效益相關研究整理	32
表 5	受訪者資料	39
表 6	受訪者個人屬性資料	42
表 7	居民參與居家園藝的動機	43
表 8	園藝知識、技巧來源	52
表 9	受訪者植栽來源	56
表 10	植栽、資材主要購買來源	60
表 11	受訪者園藝栽種情形	63
表 12	民間植物功能與象徵意義	69
表 13	居民自製堆肥法	83
表 14	居民參與居家園藝的效益	88
表 15	研究結論表	101

圖目錄

圖 1	嘉義縣民雄鄉位置圖	5
圖 2	民雄鄉各村落位置圖	6
圖 3	動機歷程模式架構 (The Motivation Sequence)	12
圖 4	研究流程圖	40
圖 5	對稱、均衡的擺設方式	72
圖 6	三角構圖 (圖左) 與水平延伸 (圖右)	73
圖 7	居家空間的分隔	74
圖 8	圍牆邊的擺設	74
圖 9	半開放式車庫擺設	75
圖 10	封閉式車庫擺設	75
圖 11	結合景觀设计公司規劃的空間	76
圖 12	公共空間與荒地利用	77
圖 13	閒置空地美化與利用	79
圖 14	廢棄輪胎再利用	80
圖 15	創意改造 1	80
圖 16	創意改造 2	81
圖 17	創意改造 3	81

圖 18	創意改造 4.....	82
圖 19	覆蓋物.....	84
圖 20	植栽雜草共生.....	85
圖 21	垂直式吊掛.....	85



第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

科技的發展，從工業革命之後，可說是一日千里，而科技帶來的便利性，也滿足了人們對於物質生活的追求。然而，在汲汲營營於追求財富、地位以及權力之下，越趨激烈的競爭讓人逐漸迷失自我，焦躁與不安取代了生活中應該有的快樂。過於緊張快速的生活步調，讓許多人顧及了物質生活，精神與心靈層面卻無法得到滿足。在這樣的前提之下，休閒遊憩活動對於現代生活來說，被視為是能夠在忙碌緊張的生活之餘，讓身心好好放鬆的方式，也越來越得到重視。

在眾多休閒遊憩活動類型之中，與自然相關的活動是許多現代人的首選。我們可以看到結合自然造景與園藝元素的景觀餐廳獲得許多消費者不錯的評價，擁有寬闊視野與自然環境的休閒農場或是森林遊樂區亦是全家大小歡度週末的好去處，更不用說各縣市政府舉辦的各式花海節，甚至更大型的活動如花博、農博和綠博，總是吸引了滿滿的人潮。與自然相關的休閒活動之所以受到青睞，是因為自然環境會減輕人們的壓力、提高放鬆感以及提升正面的情緒（曾慈慧，2003）。也有學者提出接觸活生生的植物和自然材質，可以提供慰藉和舒適感（Sarno & Chambers, 1997）。也因此許多人透過接觸自然、園藝等休閒活動，來緩和生步調，使自身健康與生活品質能有所提升。

這股對自然的渴望，連網路遊戲世界都曾興起一陣「開心農場」熱。自然被科技轉化為虛擬遊戲，使用者藉由栽種作物、經營自己的農場來紓解文明社會產生的壓力。如果平時民眾就能夠隨時在自己居住的環境真實地擁有一抹綠意，不是只藉由虛擬的遊戲滿足自己的想像，也不是只在週末

假期才去郊外人擠人，那麼對於渴望與自然有連結的人們來說，居家園藝是個很值得投入的活動。

其實人與自然的連結一直都很密切，在人類的生活週遭，不論是野地自生或人工栽培，植物的身影總是隨處可見，園藝活動在人類的生活之中也佔了一席之地。過去園藝或任何與植物相關的產業，總是秉著生產高經濟作物的原則；而進入現代繁忙快速的工商社會之後，園藝活動之所以受到重視，是因為其陶冶性靈與撫慰人心的功能。在台灣一般人的心目中，園藝活動是相當受到歡迎的休閒活動之一（郭毓仁，2005）。居家園藝活動非常受現代人的喜愛，只要能有效利用居家環境，不論是車庫、圍牆、陽台、窗台、屋頂等空間，都能簡單營造一個小而美的綠色天地，增添接觸自然的機會，營造紓解壓力的居家環境，在美化居家環境的同時，更能帶動街坊或社區的綠美化。

由上述可知，休閒活動已是現代生活的潮流，也是許多人生活中不可或缺的部份，而園藝活動除了和人類生活有很深的連結之外，也兼具撫慰人心的功能，因此本研究選定居家園藝活動當作研究主題，欲探討居民投入居家園藝活動的起心動念、進行的歷程與從中得到的回饋。

第二節 研究目的

近幾年來社區總體營造相當熱門，全台各地許多社區皆熱烈的進行著，社區總體營造的規劃範圍甚廣，我們單純就社區景觀規劃的部份來看，在這些規劃當中，園藝也是其中相當吃重的元素之一。但如果沒有這些社區營造時對於社區整體景觀的規劃與帶動，一般民眾會自己創造出什麼樣的景觀呢？而這從無到有建立起一連串的園藝活動，初始動機為何？喜愛、偏好那些園藝植物種類？是否受什麼因素影響？未經專業人士指導，居民

進行園藝活動的歷程為何？又有何特色？（如種植知識來源、植栽來源、設計擺置的呈現…等）此外，社區居民在進行園藝活動營造社區景觀的同時，是否也得到心靈上的滿足或其他回饋效益？

綜合以上所述，本研究的主要目的如下：

1. 了解一般居民自發性投入園藝活動的動機。
2. 了解未經專業人士指導的民眾，其建構歷程與營造出的景觀為何？有何共通性與獨特性？
3. 探討投入園藝活動的過程當中獲得的效益。

藉由分析居民投入居家園藝的動機、園藝活動建構歷程及居家園藝活動所獲得的效益三個面向以理解社區居民自發性園藝活動的意識，更進一步理解居民自發性投入園藝活動的特性與脈絡，供後續研究者作為參考，也希望相關單位在將來推動綠色生活的落實上更有助益。

第三節 研究範圍與研究基地介紹

一、 研究範圍

現在的休閒生活型態已經被媒體與廣告所影響，對於生活質感的追求已經被各相關的「專賣店」所把持。例如買家具就到 IKEA，要 DIY 就到 B&Q，或是有各種專業設計工作室來規劃室內或庭園造景。這些專賣店提供消費者多種制式量產的模式可供選擇，雖然美觀，卻少了自己獨創的個性，而且所費不貲，此為都會區常見的模式。

此外，經過搜尋，發現了幾篇探討農村景觀的論文（蕭淑文，2011；蔡淑美，2009 等），而都市景觀早已有研究的定見，但是介於農村與都會之

間，台灣特有的透天厝社區裡經由居民自發性的園藝活動之後，對社區的景觀造成哪些影響？本研究希望以富有區域特性的鄉鎮之小尺度研究為主，在這些地方，土地、植物與人可以更親近。而且植物與土地的取得相對較為容易，人與人的互動也更為親密。

嘉義縣民雄鄉福樂村，就是一個新興社區，位於嘉義縣市交界處（圖1）。民雄鄉雖為農業鄉鎮，但是福樂村為一個快速發展的新興社區，有別於一般以農業栽培為主的鄉村，村莊人口逐漸增加，房屋建築以透天厝為主，擁有較多自己可以佈置的空間。除了可以發展出更多具個人特色的園藝佈置之外，一般民眾也能夠輕易跨過園藝佈置的門檻，園藝活動並不是遙不可及。茲將福樂村的特色整理為以下三點：

1. 沒有經過大規模的社區總體營造，才能確保居民自發性建構的園藝景觀的原創性。
2. 社區建築以透天厝為主，因為有前院或車庫等獨立空間，方便居民進行園藝活動。
3. 村內居民的主要經濟活動非以園藝或農業為主，居民大多不以此為生。

而民雄鄉為嘉義縣最大的鄉鎮，又福樂村為民雄鄉人口數最多的村莊，較具代表性。綜合以上幾點條件，本研究將以嘉義縣民雄鄉福樂村為研究基地。

二、 研究基地介紹—民雄鄉福樂村

（一）地理位置與介紹

根據施添福總編輯的台灣地名辭書（2008）所記載，嘉義縣民雄鄉

福樂社區位於民雄鄉南側(圖2)，面積約2.0639平方公里，東鄰北斗村，西以省道與興南村相隔，南方即為嘉義市，北方有外環道連接民雄交流道，中有鴨母塆大排通過。村內有民雄工業區、嘉義酒廠、福樂國小。民國95年，在地方人士的爭取下，設置福樂左岸公園，使得工業區與住宅區之間有綠帶，是為「工業區衛星社區」。

福樂村的成員大部分都是外來人口，有勞工、商人、公教人員…等，以青、壯年齡層居多。根據民雄鄉戶政事務所資料，到民國103年6月底為止，福樂村的人口有2449戶，一共7125人，目前為民雄鄉人口最多的村別，同時也是全縣村里之首，甚至比大埔鄉或阿里山鄉的人口還多。(何逢徽、陳文茂、黃金山，2001；施添福，2008)

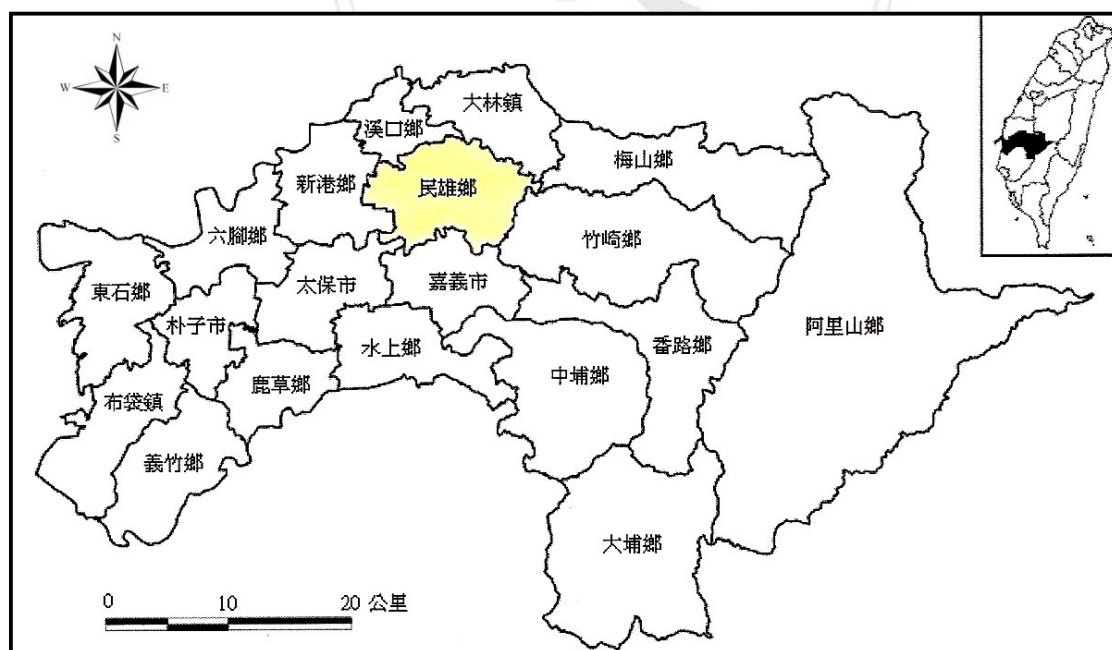


圖1 嘉義縣民雄鄉位置圖

資料來源：重繪自嘉義縣行政區域圖



圖 2 民雄鄉各村落位置圖

資料來源：改繪自嘉義縣鄉公所全球資訊網站

(二) 歷史沿革

福樂村舊時地段原屬塗樓莊、埤角莊；清朝屬打貓東下堡，(日據)宣統元年改屬打貓支廳之大崎腳區；民國九年(大正九年)屬民雄鄉雙福堡塗樓段、埤角。台灣光復之後，正式歸屬於雙福村。後因 71 年民雄工業區的設立，工商業發達，附近大樓透天一建起成為新興住宅區，人口於是快速成長，從民國 59 年的 1363 人至民國 81 年已有 5095 人，於是在民國 83 年 7 月 1 日脫離雙福村獨立成村，命名福樂村，首任村長何孟璋。

研究者訪問現任福樂村村長何孟璋時，得知一則關於福樂村有趣的命名小故事。民國 83 年脫離雙福村而獨立為一村，在召開村民大會討

論村名時，由於地處雙福村之南，原本預計要取名「福南村」。雖然命理師表示此村名筆劃佳，但是也有村民反應「福南」的台語諧音類似「唬爛」，不甚文雅，後來決定改為「福樂村」，取其幸福快樂之美意。



第二章 文獻回顧

第一節 居家園藝定義

園藝 (horticulture) 一詞，是由拉丁文 Hortus 與 Culture 二字所合成，從字面上而言，是從庭園或公園進行植物栽培行為，最初係指小規模的私人栽植活動，主要是為了與中古世紀農業田間栽培作業的操作方式有所區別，所以其最簡單的定義，是在園中栽培植物 (劉富文，1999；俞玫奴，2004)。Washington (2005) 對園藝的定義為「耕種的庭園」或是「養育庭園植物」。根據大美百科全書，園藝的定義如下：「園藝是農業的分支，主要係指水果、蔬菜、花卉及觀賞植物的栽植。」

然而，如果只是單純的種植水果、蔬菜、花卉等植物，園藝活動很容易被視為一種產業。Relf (1998) 認為將園藝定義為栽種植物，使得園藝長久以來經常被現代人誤會為園藝產業 (hort-industry)，而侷限發展的可能性。

Matsuo (1992) 認為過去的園藝發展太過於注重經濟上的效益，因此其意義與農企業 (Agribusiness) 接近，與原本栽植花草以供欣賞的文化意義大不相同，因此在學術研究上偏好以休閒園藝 (leisure gardening) 來界定研究領域，以避免誤解。

近年來，大部分學者傾向採用較現代的園藝學定義：「指栽培水果、蔬菜、花卉及觀賞植物的科學與藝術，包括其所發生對個體身體健康、心理情緒的影響，以及對現代文明的整合影響。」(Relf, 1992)。

綜合各學者與文獻對於園藝的定義，本研究領域亦屬於休閒園藝範疇，

因此本研究中對居家園藝的定義為：泛指在一個範圍的居家環境中，栽培水果、花卉、蔬菜與觀賞植物的技巧與經驗，以及栽種過程中對個體身體與心理的影響。

第二節 參與園藝活動的動機

一、動機的定義

動機 (Motivation) 是由拉丁文 Movere 而來，在心理學上一般被認為涉及行為的發端、方向、強度和持續性，是人類行為的內在驅力。Petri (1991) 定義動機為：「引起、指導及維持行為的力量。」張春興 (2000) 認為動機是引起個體活動，維持已引起的活動，並使該活動朝向某一目標進行的一種內在歷程。馬慧君 (1997) 指出任何人類行為的產生都有意義與目的，也就是說，必須先有動機，才会有具體行為的表現。Losier、Bourque and Vallerand (1992) 認為動機是最能預測休閒行為的變項，甚至被認為是休閒經驗的一部分。

二、動機相關理論

(一) 需求層次理論 (Need-Hierarchy Theory)

美國著名心理學家亞伯拉罕·馬斯洛 (Abraham Maslow) 提出的需求層次理論，是研究動機時應用最廣泛的理論。其提出個體成長的內在動力是動機。而動機是由多種不同層次與性質的需求所組成的，而各種需求間有高低層次與順序之分，每個層次的需求與滿足的程度，將決定個體的人格發展境界。馬斯洛把人類的需要呈現成一個金字塔，分成五個層次，由下而上分別為生理需求、安全需求、愛與隸屬需求、受到尊重的需求，以及

自我實現的需求。

1. 生理需求 (Physiological needs): 最基本，也是級別最低的需求，若這個需求沒有被滿足，其他的需求就不會出現，包含食、衣、住、行等，以維持生命與生理的基礎。
2. 安全需求 (Safety needs): 同樣屬於低級別的需求，在生理需求被滿足後，個體會避免生命的危險、解決環境的威脅，來保護自己的人身安全、生活穩定，也包括重視自身身體、經濟、心理這三方面的安全感。
3. 社交需求 (Love and belonging needs): 屬於較高層次的需求，涉及社會性需要、包括愛與被愛，及被同輩接受的需求。這些滿足來源對多數人而言，來自於家庭、外在工作的人際關係，以及從職業中獲得的友誼等、能隸屬於一個團體為群體所接受。
4. 尊重需求 (Esteem needs): 屬於較高層次的需求，包括對成就或自我價值的個人感覺，也包括他人對自己的認可與尊重，也就是希望獲得自尊與他人尊重。如：成就、名聲、地位和晉陞機會等。
5. 自我實現需求 (Self-actualization): 是最高層次的需求，是個人渴望發揮其潛能、運用在現實上的一種趨勢。前面四項需求都能滿足，最高層次的需求方能相繼產生，包括針對於真善美至高人生境界獲得的需求，是一種衍生性需求，如自我實現，發揮潛能等。

馬斯洛認為人類的行為是因需求而產生動機，因動機而產生行為，人類的需求是有層次之分，其需求強度由低層次到高層次，當低層次的需求被

滿足後，才會逐步追求高層次的需求。若已滿足生理及安全之基本需求，則可往上尋求歸屬、尊重及自我實現等需求。

（二）成就動機理論（Achievement Motivation Theory）

成就動機理論是美國哈佛大學教授大衛·麥克利蘭（David McClelland）通過對人的需求和動機進行研究，於 50 年代在一系列文章中提出的，包含了成就需求（need for achievement）、權力需求（need for power）及親和需求（need for affiliation）：

1. 成就需求（Need for Achievement）：是一種讓人去承擔責任，努力克服障礙，盡心完成目標，爭取成功的需求。
2. 權力需求（Need for Power）：是指個人希望能影響或控制他人依其意願行事，且不受他人控制的需求。
3. 親和需求（Need for Affiliation）：建立友好親密的人際關係的需求。是指個體在社會情境中，需要他人關心支持、友善親密的內在需要。

麥克利蘭認為通常每個人都有上述三種需求，但需求強度則因人而異，不同的環境會導致不同的動機，不同的動機會產生不同的行為。所以對不同需求的人，應找出最適合的工作性質及要求，如此比較容易達成個體的滿意。

（三）動機歷程模式（The Motivation Sequence）

Locke（1991）回顧過去許多動機理論的研究，進而提出動機歷程架構

來整合相關的動機理論（如圖 3）。認為個體的行為是透過動機核心（motivation core）到動機中樞（motivation hub），最後才有行為的產生，將此過程稱之為動機歷程（motivation sequence）。

動機歷程始於個體對於某個目標產生了需求（needs），因而激發了個體自我價值（values）以及驅動力（motives），在此階段稱之為「動機核心」。緊接著因為自我價值與驅動力，進而影響到個體的意圖（intentions）、行為（performances）、自我效能（self-efficacy）、期望（expectancy）等，此部份則稱之為「動機中樞」。個體以動機中樞做為標準，再對於所產生行為的結果感到滿意（satisfaction）並且有所回饋（rewards）。最後再對於行為加以修正（adjustment），用來作為下次要達到類似目標的回饋（feedback）最終成為一循環過程（Locke, 1991）。

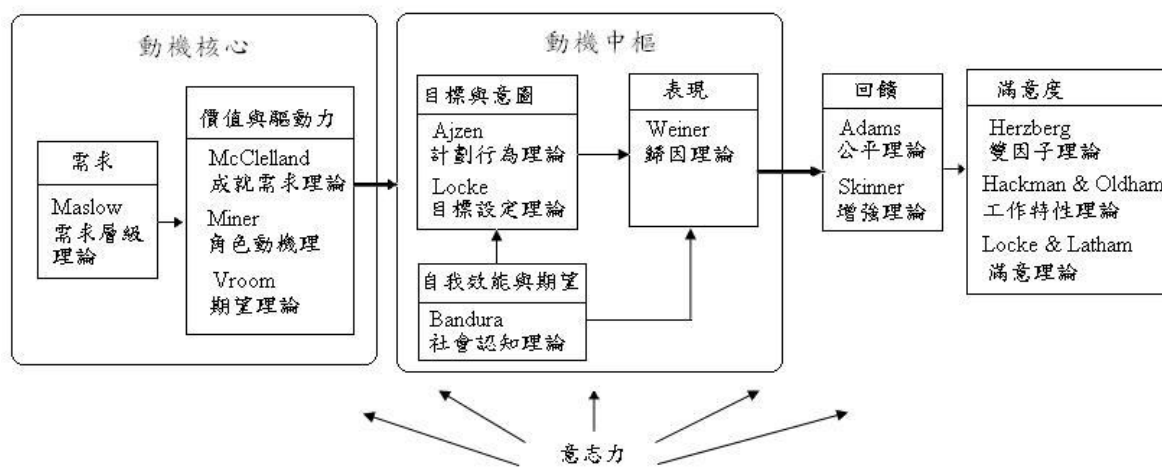


圖 3 動機歷程模式架構 (The Motivation Sequence)

資料來源：E. Locke (1991). The motivation sequence, the motivation hub, and the motivation core. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 288-299.

(四) 自我決定理論 (self-determination theory)

根據 Deci and Ryan (1985) 的自我決定理論 (self-determination theory)，休閒的動機可分為：內在動機 (intrinsic motivation)、外在動機 (extrinsic motivation) 及無動機 (amotivation)。外在動機又可分為自我決定的外在動機 (self-determined extrinsic motivation) 及由他人決定的動機 (non-self-determined extrinsic motivation)。內在動機表示個體參與特定的休閒活動，完全是因為能夠從該活動學習到新的知識和技能、能把工作完成或從享受刺激與興奮中得到樂趣，引發其參與的動機。自我決定的外在動機，是因為個體希望藉由參與活動而獲得身體健康、減肥、活絡心智、改變環境的動機。然而，如果不是自己能夠決定的動機，則稱為他人決定的動機。

例如：某人參與園藝活動，若是因為能夠學習新的栽種知識、精進自己的技術、看到植栽繁榮茂盛而感到有樂趣，則為內在動機。若是因為從事園藝活動，是為了能夠讓身體更健康，則為自我決定的外在動機。如果是因為周遭同儕都有園藝活動的嗜好，怕自己不參與會無法融入話題討論，這樣的動機稱為由他人決定的動機。如果不清楚自己為何要參與園藝活動，但是還是參與，此種動機稱為無動機。

高自我決定的動機，包含了內在動機與自我決定的外在動機；相對的，他人決定的動機與無動機，則屬於低自我決定的動機。Deci and Ryan (2002) 認為高自我決定的動機，較能夠依照自己的選擇來從事各種活動，能獲得較佳的行為結果，也會引導持續性的行為及促進心理的健康（如活力、幸福感、自尊）。從園藝活動的特性來看，包含了樂趣與辛苦勞動的成份，並不像隨興休閒（如看電影）可以提供立即性的快感。比方說，一個園丁為

了提供植物良好的生長環境，需要付出的行動可說是種類繁複，如鬆土、施肥、澆水、剪枝、除草、繁殖、耙葉、植物保護等行為。諾貝爾文學家 Capek (1997) 說過，園丁可不是只知道聞聞玫瑰的香味就沒事了，要讓玫瑰順利開花的程序比製作布丁更為困難，光是調配土壤的介質，即令人眼花撩亂 (引自耿一偉，2002)。因此，對於投入園藝者而言，高自我決定的動機，較能夠主動、持續性地投入園藝活動，並獲得更高的效益。

三、 園藝活動之相關研究

園藝類別的既往研究一開始著重在經濟效益，多為產量栽培技術與品質改良之研究。近幾年大環境快速變遷，綠生活的提倡讓園藝活動日受重視，人與植物的互動研究成為近幾年學術界對園藝活動探討的範疇。目前學術界針對園藝活動所做的研究，主要可以分為對園藝的體驗、園藝帶來的效益、園藝應用在教育方面，以及園藝治療等幾個方面。而本研究在學術研究上以休閒園藝 (leisure gardening) 來界定研究領域，主要進行的研究領域亦屬於休閒園藝範疇，研究方向為居家園藝活動的動機、歷程與效益，與園藝治療的領域較無直接關聯。以下針對園藝活動相關研究做歸納與整理，以作為訪談大綱設計之研擬與研究發現之對話。

整理回顧與居家園藝活動相關的論文之後，將其整理於表 1。

表 1 園藝活動之相關研究

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
情緒體驗	郭慧綺 (2005)	園藝活動 認知與情 緒體驗之 研究	民眾對於參與園藝活動之態度、植栽選擇因素、園藝動機等問項認知中，較重要之因素為 1. 從事園藝活動有助於個人心情放鬆 2. 植栽好照顧 3. 為了裝飾美化生活環境等。

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
			<p>情緒體驗因素部份，利用採取主成份分析法之最大變異法的變值盡簡法抽取因素，得到的情緒體驗變項簡化為 1. 開朗樂趣 2. 友善積極 3. 刺激好奇等因素。</p> <p>情緒體驗因素與園藝活動態度呈現正相關，且與開朗樂趣情緒體驗因素的相關係數最為顯著。</p>
幸福感	游智秀 (2012)	園藝活動方案對失智老人幸福感影響之準實驗研究	<p>以「失智老人園藝活動幸福感評量表」進行前測、後測，驗證其成效。結果顯示：「自我成就」、「人際關係」以及「正/負向情緒」四個層面的幸福感達顯著差異；輕中度失智者顯著高於中重度失智者，以「正向情緒」後測平均數最高。而「輕中度失智」、「有農務、園藝經驗」的受試者，參與園藝活動方案後有較高的幸福感。</p>
心流體驗與主觀幸福感	陳妍尹 (2010)	園藝活動者的心流體驗與主觀幸福感之相關研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參與本研究之園藝活動者，整體而言，對總體生活感到稍為滿意，感受正向情意的頻率高於負向情意，顯示有良好的主觀幸福感受。 2. 參與本研究之園藝活動者，普遍均能感受到心流體驗的九個特徵。其中感受最強烈的前三者是：「自成性的經驗」、「全神貫注在活動上」、「清晰的目標」。 3. 不同背景之園藝活動者其心流體驗沒有顯著差異。 4. 參與本研究之園藝活動者其婚姻狀況與家庭平均月收入主要在情意平衡上呈現差異，「已婚有小孩」組比「未婚」組的園藝活動者擁有較高的情意平衡分數；家庭平均月收入在「五萬以上~未滿七萬元」與「十萬元以上」的園藝活動者比起「三萬以上~未滿五萬元」者擁有較高的情意平衡分數。 5. 園藝活動者之心流體驗與主觀幸福感之間有顯著正相關。

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
			6. 園藝活動者之心流體驗、家庭平均月收入、婚姻狀況對主觀幸福感具有預測力。
心流體驗、園藝效益與主觀幸福感	朱瑞霖 (2012)	中高齡者從事園藝活動之心流體驗、園藝效益與主觀幸福感研究	<p>樣本平均年齡為 62.5 歲，參與社區活動之女性為多數。心流體驗方面，以「自成性經驗」、「全神貫注於活動上」及「清晰的目標」最顯著。園藝效益方面，以社會效益與教育效益最為顯著。主觀幸福感方面，一方面顯示中高齡者對現況生活滿意度高，另一方面從情意平衡分析顯示中高齡者之正向情意高於負向情意。</p> <p>心流體驗與園藝效益間呈現高度顯著相關。心流體驗與主觀幸福感之間，以心流體驗與生活滿意度之層面相關最為顯著。以園藝活動經驗為基礎顯示戰後嬰兒潮世代中，年齡越長、從事園藝活動年資越久、較少機會接受教育、非勞動就業人口等之中高齡者園藝活動經驗產生之心流體驗強度最明顯；整體心流體驗越明顯，生活滿意度越高，主觀幸福感得以提升。</p>
園藝活動之心流體驗	賴曉嵐 (2007)	園藝活動之心流體驗與效益之相關性研究	<p>不同類型之園藝活動中，所產生之心流體驗狀態並無明顯的差異。心流體驗狀態感受的強弱對園藝活動效益有明顯的影響。</p> <p>在心流體驗中各狀態特徵對園藝活動效益皆有顯著正相關。可藉由控制活動中「技巧與挑戰平衡」、「明確目標」、「自我意識喪失」、「時間感的扭曲」以及「自成性經驗」等狀態達到有效提升受測者對個別園藝活動效益的感受。</p>
休閒效益	黃耀陞 (2009)	以生命回顧法融入園藝活動課程對高齡者休閒	高齡者在參與園藝活動的歷程中，在前後測生理效益體驗上於獲得調節身心平衡、逃避環境壓力與學習活動技巧三題項達顯著差異；心理效益體驗上達顯著差異，表示參與園藝活動課程能有效提升高齡者之心理效益體驗；社交效益體驗

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
		效益體驗影響之研究	上也達顯著差異，表示參與園藝活動課程能有效提升高齡者之社交效益體驗。
休閒效益	游家翔 (2007)	田園耕種休閒活動影響高齡者生活之研究	<p>台灣地區已邁入高齡化社會，除了健康與經濟因素外，休閒活動的參與足以影響高齡者生活品質，本研究試圖針對田園耕種這類休閒行為，分析其對高齡者生活之影響，以加入桃園縣龜山鄉農會輔導經營之「市民農園」，長時間、規律性投入其中、從事蔬果栽植休閒活動、已退休之高齡者共九位做為研究對象。</p> <p>研究發現，高齡者從事田園耕種這類休閒活動所能獲致的效益包括：維持生理機能正常、結交志同道合的夥伴、提供健康清潔的蔬果、心情開朗有所寄託、肯定自我存在價值、喚起往日生活記憶等面向之效益外，藉由蔬果栽培與收穫，更能突顯田園耕種具有「生產經濟價值」這項效益；而參與團體性質之田園耕種休閒活動，結交志同道合的好友，彼此間「感情特別融洽」亦是高齡者對抗空虛寂寞最佳良藥。因此田園耕種可說是項「動靜皆宜」的休閒活動，既能同時滿足高齡者生理、心理、社會各層面之需求，而且所附帶之健康價值極高，是高齡者欲「邁向活躍老化」、「提升生活品質」最佳休閒活動選擇。</p>
休閒效益	陳國濱 (2006)	園藝活動對高職智能障礙學生自我概念及休閒效益之影響	<ol style="list-style-type: none"> 1. 園藝活動會提高輕度智能障礙學生的自我概念。受試者在「田納西自我概念量表」自我總分上，有顯著進步，其中在生理自我、道德自我、心理自我、社會自我、自我滿意、自我認同和自我行為等分量表得分皆有進步。 2. 園藝活動會提高輕度智能障礙學生的休閒效益。受試者在「休閒效益量表」全量表總分上，有顯著進步。在心理效益、社交效益及生理效益等分量表得分皆有進步。

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
園藝行為與滿意度	俞玫紋 (2004)	都市園丁休閒園藝行為與休閒滿意度關係之研究	近年來，歐美先進國家政府意識到提倡健康的生活型態有助於降低社會健康及醫療成本的支出，因此陸續推動提倡健康休閒法案，指出園藝活動是最經濟、自然而有效的疾病預防工具。本研究以台北地區熱愛園藝休閒活動，並參與學習組織的都市園丁為研究對象，進行休閒園藝行為與休閒滿意度關係之探討。研究結果顯示都市園丁確實可從植物養育行為獲得休閒滿意度的心理福祉效益，而植物養育行為主要受到都市園丁對植物的態度及參與休閒園藝活動的內在動機影響，植栽常識對植物養育行為影響效果的研究假設，則未獲得支持。
園藝活動的休閒意涵	施貞華 (2013)	園藝活動的休閒意涵	園藝活動之參與情境，有「偶發的新奇」、「便利的寄託」、「自然的呼喚」、「老家的印象」和「社區感染」等多種因緣的導入與支撐。 園藝休閒的活動形式包括「閒逛花市」、「栽種繁衍」、「細心養護」、「審美賞析」和「經驗交誼」。 貫串穿於活動過程中的幾個身心休閒涉入過程狀態則有「掛心惦念」、「靜默體貼」、「鏗而不捨」、「技藝提升」等層次的活動形式的體悟。這些活動形式與過程狀態，帶給參與者的是身、心、靈的不同層次解脫與豐富成就。參與者在此活動過程中得以獲致「專注移情」、「自然驚嘆」、「成長的喜悅」、「審美抒情」、「哲理感悟」、「技藝成就」和「交誼分享」等數項由內而外之休閒意義與價值。
參與者態度與行為關係	涂宏明 (2010)	園藝活動參與者態度與行為關係之探討—以涉	園藝活動參與者的態度越正面時，其參與頻率、活動花費及擁有的資材數量越多；當園藝活動參與者的涉入部份做為中介變項加入後，園藝活動參與者的態度會正向影響涉入程度，並且涉入程度會正向影響參與頻率、活動花費及擁有的

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
		入為中介之效果	<p>資材數量，而園藝活動參與者的態度與三項參與行為的直接關係呈現不顯著，顯示園藝活動參與者的涉入部份扮演完全中介的角色。顯示在園藝活動上，參與者態度必須透過涉入之後，才會影響園藝活動參與行為，當參與者態度與涉入較高時，其參與者的參與頻率、活動花費及擁有的資材數量也越多。</p> <p>在未來的園藝活動推廣中，宣導園藝活動的正面態度是相當重要的，會影響後續的參與行為；在園藝活動涉入過程中，要幫助園藝活動參與者建立喜歡與滿足的感覺，產生對園藝活動的自我認同和表達的感覺，才能正面提升園藝活動參與者的參與行為。</p>
視覺與嗅覺刺激	張愷倫 (2013)	植物之視覺與嗅覺刺激對受測者心理反應的影響——以含笑、梔子花、玫瑰、水仙為例	<p>過往的許多研究指出，植物具有正面的效益。而具有香氣的植物除了帶來視覺上美的感受外，亦能在嗅聞的過程中得到身心的療效。這是因為「嗅覺」不僅是感知環境的途徑之一，五感中它與「情緒」的關係最為密切。此外，雖然「視覺」和情緒的關聯程度沒有嗅覺緊密，但其為主要接收外在刺激且最具影響力的感官，是過去學者研究植物效益的主力。本研究自嗅覺與視覺切入，探討兩者所引起的情緒反應：</p> <p>受測者嗅覺視覺雙重刺激（嗅聞花香並看到植株）對情緒三構面（愉悅、喚起、支配性）較嗅覺單一刺激（只嗅聞花香）有提高的效果，但因植物種類不同，而有不同的結果。情緒三構面中，以「愉悅」構面的平均數最高；生理上，心跳速率在加入視覺的雙重刺激時較只有嗅覺單一刺激有明顯提高的情形。</p>
教育	王秋華 (2006)	國小實施有機園藝活動歷程	以行動研究的方式敘述一個國小行政人員在學校中規劃設置園藝活動場所，並且和 12 名六年級的學生，從九十三年九月至九十四年六月，共

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
		之行動研究	<p>同進行園藝活動歷程的故事。</p> <p>對學生而言，園藝活動增加學生在大自然裡摸索學習的空間，培養學生主動學習的態度，激發學生的自信心，展現學生的成就感，提供低成就學生更多的學習機會。對研究者而言，隨著活動的進行，信念有著不同的轉變，讓活動時有更寬廣的構思和行動，也讓研究者和學生一起學習一起成長。對學校而言，園藝活動場所提供學校多元且豐富的教學資源。</p>
教育	謝爵祥 (2009)	十步之內必有芳草—師生進行校園周遭野花草木移栽及相關園藝活動歷程之行動研究	<p>利用校園周遭被人所漠視或忽略的野花草木（植物孤兒），來引導都會區三年級學生進行化腐朽為神奇、轉雜草為盆栽的移栽與相關園藝活動，並在此過程中探究師生的共同學習歷程與轉變。</p> <p>學生在校園戶外場域的摸索中，找回學習主動性，獲得成就感，樂於享受這一段快樂的時光；在植物辨識、移栽的能力上有所成長，學生認為學習不只是在教室中進行；對環境的敏感度及關懷之心，有所提升，在活動中體會合作學習的重要性。</p> <p>對研究者而言，隨著活動的進行，教學信念有了轉變，讓活動有更寬廣的構思、從容的行動，與學生共同成長的歷程裡，對植物的相關能力、校園周遭課程素材的熟悉度，以及環境敏感度都有了提升。</p>
教育	楊雅安 (2014)	園藝活動融入國中綜合活動課程對身心健康促進之評估	<p>從事園藝活動對身心健康有正面的影響，特別是對年輕學生而言，不僅可以促進身體健康，對於拓展知識及生活經驗皆有幫助。訪談的學生對園藝活動皆抱持正面的肯定，也很期待相關課程；導師也觀察到在進行園藝活動時班上同學的話題性和互動皆有增加，對班級良好氣氛的促進</p>

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
			<p>和維持有幫助。</p> <p>國中生對園藝課程的喜好以能發揮自己的創意為主要考量，其次為能和同學互動以及學到實用技巧。這項結果與國中生對於園藝活動課程的整體評價吻合，能發揮自己創意的設計類課程國中生給予的評價較高，可作為設計國中生園藝活動的參考。</p>
人與植物的關係	王珍珊 (1996)	說園解植：從人與植物的關係看都市人的生活——以台北經驗為例	<p>本研究試圖從人與植物的關係為出發點，探究都市生活的現況。植物對於人們的意義並不只是實用的價值，特別是在環境品質極為惡化的今天，植物成為某種判斷環境品質的指標。許多人雖然生活在所謂的水泥都市裡，卻很努力想在環境中保留一片自然的心情，而在家中種植物則是最可行且最可及的方式。本研究透過台北的受訪者在日常與植物的互動來探討人與植物的關係。</p>
動機、歷程與回饋	翁藝珊 (2008)	實現心中那畝田 a?！——以動機歷程模式探討民眾追求田園夢之動機、歷程與回饋	<p>本研究以宜蘭縣員山鄉「穀東俱樂部」其中之 14 位參與者為深度訪談對象。研究發現，民眾之田園夢可依其動機概分為四類：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 歸鄉者：幼時有深刻的鄉村成長經驗，目前雖於都市工作，但內心仍對鄉村有所眷戀，藉由參與農事體驗活動獲得歸屬感，並希望日後能回到鄉村生活，重新獲得與土地緊密接觸的機會。 2. 築夢者：成長背景多為都市且多數已有小孩。因厭倦都市緊張繁忙的生活，同時希望給小孩一個能與大自然多親近的成長環境，便舉家搬遷至鄉村。 3. 逐夢者：亦為都市居民，受到童年愉悅鄉村生活記憶所影響，藉由假日參與休閒農業體驗活動，滿足內心對鄉村生活的渴望。 4. 放鬆者：以都市居民為主，希望藉由至鄉村從事農業體驗活動，來達到放鬆、休閒的效果，本身係以好奇、玩樂的心態參與之。

研究類別	作者/年份	論文題目	研究發現
園藝消費與居家自然	陳鵬宇 (2008)	綠活的想像與實踐：台北地區的園藝消費與居家自然	<p>「綠色住家」近年來被大力地促銷推廣，綠色消費與綠建築持續地被發揚宣傳，使得「家」成為了當代「永續生活風格」的競逐場域，對「自然」的消費在都會生活中也相當普遍。本研究以居家園藝活動為研究對象，試圖探究這種綠色生活風格，如何在擁擠稠密的都會環境中被再現與實踐，檢視「自然」在家庭環境中被栽培、描繪的過程。</p> <p>另外，近年來，休閒娛樂蔚為風潮，連帶地促使居家園藝消費市場的成形。這種趨勢又被許多的廣告、雜誌、書籍、網站、電視節目等媒體所加以提倡，形塑特殊的意識形態與自然樣貌。本研究試圖分析園藝行為如何在居家空間中被實踐，不只是研究文本或其他媒體的形象與論述，包含使用者的選擇、購買、詮釋、挪用、使用等，與重要的文化過程，重新思索人與自然的關係，進而與有關「家」的研究對話。</p>
景觀復癒福祉	曾慈慧 (2003)	景觀環境與福祉及復癒關係之研究	<p>古今中外的學者紛紛提出接觸某些景觀環境，有助益於人們的身心與福祉健康，因此本研究主要欲探討不同景觀環境對於人們福祉與療癒之顯著影響，以台灣大學學生為受測對象，分別觀看五種景觀圖片與完全不看的對照組相比較。</p> <p>研究結果發現觀看自然類景觀對於福祉的確具有正向影響。</p> <p>在復癒部分，同樣的觀看自然類景觀環境的受測者，如觀看山景景觀、森林景觀與公園景觀者，比起觀看都市景觀圖片者，在正向情緒、壓力與生理緊張的上具有良好的復癒效果；然而，值得注意的是與對照組相較下，觀看都市景觀圖片者的情緒、壓力、效能以及生理緊張，比起完全都沒有處理的對照組或者觀看山景的受測者，反而有惡化的趨勢。</p>

對於園藝情緒體驗相關的研究，其中郭慧綺（2005）《園藝活動認知與情緒體驗之研究》從認知與情緒的觀點切入，探討民眾參與園藝活動的態度、動機和情緒體驗的相關性；游智秀（2012）《園藝活動方案對失智老人幸福感影響之準實驗研究》是以自我成就、人際關係、正向與負向的情緒等層面來研究園藝活動對失智老人幸福感的關聯；而陳妍尹（2010）《園藝活動者的心流體驗與主觀幸福感之相關研究》、朱瑞霖（2012）《中高齡者從事園藝活動之心流體驗》、賴曉嵐（2007）《園藝活動之心流體驗與效益之相關性研究》等研究，則是加強探討心流體驗與園藝活動的關聯性。

對於園藝活動帶來的休閒效益方面，黃耀陞（2009）《以生命回顧法融入園藝活動課程對高齡者休閒效益體驗影響之研究》、游家翔（2007）《田園耕種休閒活動影響高齡者生活之研究》、陳國濱（2006）《園藝活動對高職智能障礙學生自我概念及休閒效益之影響》等研究，在探討園藝活動對於高齡者與智能障礙的學生，在生理、心理、社交方面的影響與休閒效益等則是探討園藝活動的休閒效益。

園藝應用在教育方面，王秋華（2006）《國小實施有機園藝活動歷程之行動研究》、謝爵祥（2009）《十步之內必有芳草—師生進行校園周遭野花草木移栽及相關園藝活動歷程之行動研究》、楊雅安（2014）《園藝活動融入國中綜合活動課程對身心健康促進之評估》等研究，從教育意義的觀點出發，將園藝活動應用在學校教育之中，包含行動研究與園藝融入課程的評估。

除了以上三種比較大宗的類型之外，尚有園藝消費活動、景觀與療癒、人與植物關係等主題的研究，不過，以園藝活動為命題，到目前為止尚未有同時針對園藝參與者投入的動機、歷程與回效益來分析的研究，再者，

對於園藝活動相關的實證研究，有不少採用量化的模式，較少對於行為背後脈絡的探尋。因此，本研究將進行質性研究，試圖從不同的視角，提供對於園藝活動另一層面的觀察。

第三節 園藝活動的歷程

一、 園藝與空間

從環境心理學的角度來看園藝與空間的關係，在居家進行園藝活動，營造出的空間，其實具有領域的概念。領域 (territories) 通常是指具有相對固定性及看得見的界限。領域行為是人際間界限的調節機制，傾向於以「家」為中心，管制誰可以在其中互動 (Sommer, 1969)。例如後院的圍籬，掛著外套的椅子，辦公室門上的名牌，這些都是在向其他人傳遞領域所有權的訊息，也或許就是我們向大眾再次聲明我們對某物具有所有權，或某物是我們的財產 (Barber, 1990)。

除了聲明領域之外，人們也傾向於將領域個人化。有些個人化領域的工具 (例如：在自己的草坪或花園中工作) 有助於鄰居彼此之間更加認識，凝聚力更高 (Brown & Werner, 1985)。個人化也可以引發出更多對一個地點依附的感覺，並灌輸一種「舒服」和「像家」的感覺 (Becker & Coniglio, 1975)。

Francis and Hestor (1990) 將庭園視為和家一樣的「半私人」空間，是外在世界與工作場域的避難所，安全感的泉源，讓人從工作與公共生活中逃離，有助於人們產生居家的地方感 (sense of place)，減輕環境焦慮。除此之外，Bell (2003) 表示將空間進行設計使其看起來像是某人的地盤也有其優點，因為人們似乎會傾向於去尊重能判別出所有權的領域。當空

間有清楚的界限時，標誌了它們是「屬於」某人的，則有證據顯示其間會有比較少的犯罪與破壞行為產生 (Newman, 1972)。如果環境的設計可以有促進個人領域感的建築特徵或行為，或是讓居住者將環境個人化，可以提高社交氣氛，而且研究也發現這對環境會有更正向的感覺 (Holahan, 1976; Holahan & Saegert, 1973)。

而在研究居家園藝時，同樣會探索其與廣泛的社會政治過程的連結。Marcus (1995) 其學生研究美國加州某個城鎮中各式各樣的庭院，並訪問一些當地人，結果發現生活寬裕、教育水準高的屋主，其居家附近的景致往往相當荒涼、「自然」且疏於維修，而退休的藍領階級則偏好勤於維修整理庭園。當然，園藝的實踐、庭院的形式與設計，除了要考慮階級因素外，和年齡、性別、收入、時間、娛樂態度都有很大的關係，也反映出不同的文化與國族認同 (陳鵬宇, 2009)。

庭院的特殊性，在於讓人們能夠立刻、持續性地接觸「自然」，而不會喪失隱私，不像其他可親近自然的地方 (如都市公園、山林野地)，是必須公開並和他人分享 (陳鵬宇, 2009)。因此，人類在庭院中實踐園藝活動，以及與動植物的互動，就值得我們細加研究 (Bhatti and Church, 2001)。

隨著社會結構的變遷，當代的家庭不僅是生產空間，也是消費空間，居住者的品味會透過庭院呈現。當植物作為視覺展演，其重要性在於對整體景觀配置的貢獻 (陳鵬宇, 2009)。隨著人口的增加，可運用土地的減少，庭園的規模逐漸縮減。食物消費型態的轉變，缺乏空間種植蔬果，草坪與花卉成了園中的要角。對某些人而言，庭園成為非勞動的場域，成為觀看的對象、供人使用並享受，慢慢地成為一種「戶外的房間」，是小孩玩耍、大人休憩的所在 (Bhatti and Church, 2001)。

二、 園藝與人

庭園是許多理想美學組織起來的整體，人們透過特殊的品味，進行修剪、分枝、施肥、除草、挪動盆栽、種植作物、設置灌溉系統之類的工作，來管理植物的外觀與成長（陳鵬宇，2009）。規律地監看庭院中的一切，計畫思考並設計他們的庭院，並從中獲得愉悅（Power, 2005；Hitchings, 2003）。作為人類活動的一環，園藝是被創造的自然，庭院是人類文明發展過程的產物（Power, 2005）。

而隨著近代環境保護思潮的興起，一種強調生態環保、有機自然的種植過程也逐漸蔚為潮流。越來越多人開始購買環境無害的園藝產品，建立另一種與自然的關係（Bhatti, 1999）。栽植的作物盡可能與生態循環同時運行，自然元素將會利用更自然的方式運作，降低對自然的干擾。如此，更能與自然互動，重新連結自我與生態、大地的關係，學習如何降低對環境的衝擊（Bhatti, 1999）。

不過，當園藝變成一種娛樂活動，也開始逐漸重視「視覺的體驗」(visual experience) (Rojek, 1995)。這樣的趨勢之下，園藝活動強調的變成是價值，而非耕種植物的過程與經驗（Hitchings, 2003）。另外，隨著園藝產業的現代化、消費生活和娛樂習慣的改變，科技的進步和商品生產形式的變遷，鼓勵所謂的容器植物或盆栽，讓消費者購買立即可種、容易照料、速食般的花卉與灌木（Bhatti and Church, 2001）。然而，這樣的流行趨勢也招致了一些批評，例如大量的生產僅僅為了滿足視覺的享受，卻因為工業化的生產方式使用大量的化學農藥，對環境其實是相當大的傷害（陳鵬宇，2009）。儘管因為現代化生活的模式，讓即刻性、容易管理的園藝活動成了一種新興的趨勢，但是不可否認的，透過園藝活動這樣的媒介，人

們與自然的關係，也充滿更多的可能與選擇 (Bhatti and Church, 2001)。

透過觀察、學習與園藝的過程，人們逐漸承認「自然」在庭院空間中的重要性 (陳鵬宇, 2009)。藉由照料與關心，人與植物的關係變得更加複雜。庭院空間不但是人類情感的寄託，各式的植物，也以自身不同的生長方式，吸引人們的目光，也幫人類與人們的建築物遮蔭、提供隱蔽性、隔絕噪音，並提供了其他動植物的生長棲地 (Power, 2005)。庭院成了人們培養感情的所在，而種植的園丁們，有些是實施他們的規劃，有些則是任由自然發展 (Hitchings, 2003)。

在日常生活的實踐中，人與自然角色之間的建構，通常是模糊不清的。人們可能藉由某些工具，例如灌溉系統，讓地景的維護更為方便；但是同時也可能降低親身的參與感 (Hitchings, 2003)。

Power (2005) 發現人與自然有著更為動態且非和諧的關係，強調園藝過程中的合作、協商、挑戰、競爭等關係，以及不同作用者之間的相互抵抗、利用。其中最明顯的角色，就是雜草。園丁們拒絕雜草的出現，但是雜草卻持續出現，挑戰人們的計畫與庭園觀。所以植物除了被迫安置之外，也能夠呈顯自身角色。人與植物之間的利益關係，並非是以人或植物為中心，或是游移於兩者之間，而是持續的合作過程 (Hitchings, 2003)。

三、 植物展示的視覺美感

涂淑薰 (2003) 整理植物展示的視覺美感的創造方面，有統一、變化及平衡 3 大原則，如表 2 所示：

表 2 美感形成原則及運用手法

三大原則	重點說明	美感效能	應用手法
統一	在任何型態組合中，佔最重要地位	單一明快知識之視覺形象，將主題形式連貫。 舒適、安寧、和平感。	相同性 重複性
變化	打破單調性造成之沉悶感。	新鮮、刺激、活潑、熱鬧、趣味性營造。	相異性 漸變性 對比性
平衡	自然界中之重要法則。	可產生安全感。 靜態平衡：莊嚴、整齊、嚴肅、正式感 動態平衡：親切、優雅、瀟灑感	對稱性 不對稱性

資料來源：引自涂淑薰，2003

涂淑薰(2003)表示美感的呈現與構圖有關，也是植物展示的重要因子，因此植物的配置呈現出的構圖表現，會影響視覺上的層次感。李繼勉(2001)針對構圖偏好做研究，並歸納出幾種視覺之構圖偏好類型模式，得知一般人對於構圖類型之喜好，為三角以及水平構圖。相關美感特性與排名說明如表 3：

表 3 人們對構圖的喜好評定

和諧性	易辨識性	複雜性	神秘感	喜好排名	構圖方式	構圖定義	感覺體驗	存在情況
1	2	5	5	2	水平構圖	長短平行線之構圖，構成之基本。	平靜、安定、舒暢、開闊、安定、統一及秩序感。	海景。 平原。

5	4	3	1	5	垂直構圖	有中軸式、平分式、對立式、多條垂直線式。	尊嚴。 肅穆。	樹林。 建築之柱廊。
2	3	2	3	1	三角形構圖	分二類型：一條對角線分割，或二條對角線分割。	自然、穩定、具深度、衝突、焦點導向性、透視性、遠近感暗示。 在水平垂直平衡外，具放射、集中之相反力。	街道旁街屋數目遠近透視變化。
3	1	4	4	3	斜線構圖	介於水平線及垂直線間之模式。	趣味性。 活動感。 視線引導效果。	山坡。
4	5	1	2	4	鋸齒形構圖	又稱閃電式構圖。閃電之鋸齒狀線條模式極明顯。	將視覺構成連結。 兼具端麗及優美之流暢感。 律動感。 層次感。	自然界中之風景。

資料來源：引自涂淑薰，2003

第四節 園藝活動的效益

植物扮演供給維持生命延續所需要能量的角色，也帶給人類生命維繫（existence）及生命品質改善（quality of life）兩大功能（劉富文，1999）。關於園藝活動的休閒效益，可分成生理、心理與社交效益三部份討論。在生理效益上，研究指出人與植物接觸的過程中，可以達到降低血壓、肌肉放鬆，同時減低恐懼感與緊張感（張俊彥、周孟慈，2004）。心理效益上，最主要能給予人們情感效益，在參與的過程中，藉由期待種子發芽與開花的心理，能夠激發從事園藝者的好奇心以及對於未來的期待（曾慈慧、毛慧芬、凌德麟，2004）。社交效益上，曾慈慧、呂文賢、何超然與林國青（2007）指出參與園藝活動能夠獲得認知與社交等效益。

除了生理、心理與社交的三種效益之外，在園藝活動中，植物提供了包含視覺、聽覺、味覺、觸覺與嗅覺等感官刺激（馮婉儀，2006）：

（一）視覺刺激

花園內的擺設和園景設計能提供不同的視覺效果，帶出田園氣息。植物方面，七彩繽紛的時花令人賞心悅目。除了地面和平面擺放外，亦可透過吊籃或掛飾，提供全方位的視覺效果。不同顏色和形態的枝葉，具觀賞價值，而花園吸引而來的各類昆蟲，也能提供不同的視覺效果。

（二）聽覺刺激

小鳥的叫聲、花園內的風聲、草葉的搖曳聲，製造出不同的聽覺效果。另外亦可安裝風鈴或雨鈴，增加聽覺刺激效果。潺潺的流水聲也令人鬆弛平和。

（三）味覺刺激

種植香草和蔬果能提供味覺刺激。栽種者可食用成熟的生果，或是收割成熟的瓜菜，和朋友一起烹調和享用。另外也可採摘食用香草，加入食譜或沖泡花茶。

（四）觸覺刺激

觸摸不同質地的植物，例如蘆薈等肉質植物，或是紫絨等絨面植物，可以達到感官刺激效果。

（五）嗅覺刺激

充滿香味的花園能令人駐足欣賞，產生輕鬆平和的感覺。摸摸、聞聞香草，可刺激嗅覺。另外，亦可種植一些散發香氣的植物，如桂花、茉莉等。剪草時，所散發的青草味，亦令人精神一振。採摘成熟的瓜果時，散發的新鮮果菜味，令人心曠神怡。

近幾年，園藝治療逐漸盛行，園藝治療師透過園藝活動，運用五感的刺激來達到治療疾病及特殊行為的療效。國內外對於園藝活動效益的研究著重於治療疾病及特殊行為的療效，目前已被證實的療效包括關節炎病患的肢體復健效果(Gallagher & Mattson, 1986)、大腦病變兒童之治療(Ackley & Cole, 1987)、慢性精神病患情緒穩定的效果、藥物濫用者恢復身體知覺(Cornille, Rohrer, Philips, & Mosier, 1987)、促進特殊教育學童的學習效果(Airhart, 1987; Douth, Airhart, & Willis, 1989)、阿茲海默症病人的記憶及認知能力改善(Beckwith & Gilster, 1996; Ellis, 1995)、親人悲傷歷程的紓解(CingMars, Tristan, & Zucker, 1999)、發展障礙者的能力改善(Uehara & Itoh, 1999)、性暴力犯者改善自尊、自我效能及培養延遲報酬、挫折容忍度(Gibson & Hughes, 2000)、緩和糖尿病症狀(Armstrong, 2000)。

雖然本研究著重於居家休閒園藝而非治療性園藝，但從既往研究上可發現園藝活動具有多元效益，既然在專業病症上能有所改善，對於一般居家休閒的身心理狀態亦能獲得紓解與放鬆。而這些效益也成為推廣園藝活動的最佳利基。依據 Verduin & McEwen (1984) 所提出的休閒效益的分類為參考，將休閒的心理、情緒、生理、教育、社會和美學等六大效益為參照，比對學者的研究論述，歸納園藝活動的效益整理如表 4：

表 4 園藝活動的效益相關研究整理

研究學者與年代	休閒效益	園藝效益
Mattson, 1992	心理面	自我形象
		自我表達
		內省、真實導向
		自信、獨立、容忍挫折
		享受、愉快
	教育面	發現、洞察、學習
		專注、熟練、精密技巧
		解決問題、價值澄清
	社會面	人際關係
Cho, 2002	社會面	信任、調和、互動、溝通
		對他人的關心
	情緒面	減輕焦慮
	生理面	體適能
		提升免疫力
Dunnett & Qasim, 2000	心理面	自我表達
	情緒面	釋放、消除緊張
		親近自然
		沉思、心靈伸展
	生理面	肌肉伸展
		體適能
	教育面	發展興趣
		創造力
		專注任務
	社會面	人際關係
		社區感
	美學面	賞心悅目
		創造美感、環境
Doxon & Mattson, 1987	情緒面	消除緊張
		減輕焦慮
Infantino, 2001	心理面	享受
		挑戰
	教育面	發現、學習、統整
		新經驗
		專注任務

	社會面	溝通、人際關係
		對他人的關心
		團體與家人和諧
	美學面	賞心悅目
		美的感官刺激
		入迷、驚奇
		創造美感、環境
Kaplan, 1983	情緒面	沉思、冥想和平與寧靜
	生理面	忘記煩惱
Lewis, 1996	心理面	預防心血管疾病
		安全感
		成就感
		喜悅
	挑戰	
	情緒面	減輕焦慮
Taylor, 1990	生理面	肌肉伸展
		體適能
		強化體能
		消耗脂肪

資料來源：引自施貞華，2013

第三章 研究設計與方法

第一節 研究方法

為了深入了解居民居家園藝活動的動機、歷程、與效益，本研究將採質性研究之深度訪談做為資料蒐集的主要方法。「質的研究」是為了克服傳統「量的研究」的缺點而興起的一種研究典範，傳統「量的研究」是要去操作變項、證驗假設、回答問題；而質的研究是要去探討問題在脈絡中的複雜性，從研究對象本身的架構來了解行為（歐用生，1995）。質性研究相對於量化研究，更能探索數字量化後面的隱含故事和意義，能了解研究對象的生命歷程的轉變與關鍵因素，了解特定情況下事情背後的意義、過程、現象，甚至發現未來出現的可能性，能彌補量化研究缺乏的。考量本文研究目的在探討一般居民自發性園藝行為的動機、建構過程與效益，因此在方法上採用參與觀察法與深度訪談法。

一、參與觀察法

所謂參與觀察法，簡單的說，就是指在自然的情境和控制的情境下，根據既定的研究目的，對現象或個體的行為做有計畫與有系統的觀察，並依據觀察的紀錄，對現象或個體的行為做客觀性解釋的一種研究（郭生玉，1981）。研究者因住福樂村，能常常觀察到居民的園藝活動行為；期望藉由實際的參與觀察，能和照顧者一同進入他的綠色世界，透過實地觀察了解他與植物間的互動。因此訪談的地點，選擇在受訪者平日照顧園藝的範圍，藉由熟悉的園藝活動空間，讓受訪者心情放鬆而自然的分享其經驗。有時受訪者邊進行著他的園藝活動，邊接受研究者的訪問，在訪談的同時，也能觀察他與植物之間的互動。

二、深度訪談

深度訪談法可以說是質性研究中經常採用的方法之一，透過訪談與受訪者的口與交談，達到意見的建構與交流，是一種單獨的、個人的互動方式，受訪者就由訪談的內容與過程去察覺、分析受訪者的動機、信念、態度、做法與看法等。此研究是一種訪談者與受訪者雙方面對面的社會互動過程，訪談資料正是社會互動的產物（畢恆達，1996；李美華、孔祥明、林嘉娟、王婷玉譯，1998；袁方編 2002）。透過深入訪談嘗試去理解和洞悉個人接觸園藝的經驗談和心理歷程，從肢體、語氣能了解其投入程度與情感。深入訪談能提供充足詳實的第一手資料，其優點就在於這是一種臨床式訪談，有利蒐集個人特定經驗的過程、動機和情感、態度等資料。

第二節 研究工具

一、研究者背景

在質化研究中，研究者本身即為研究工具，而與被研究者建立的關係就是完成研究的手段（高熏芳譯，2001）。質的研究者為了要滲透到一個制度或一個群體的核心，觀察法，尤其是長期的參與觀察是不可或缺的研究技巧（歐用生，1995）。研究者也喜好園藝，對於園藝的相關實務經驗並不陌生，訪談同為園藝愛好者，有所交集倍感親切，易於感受和了解受訪者的照顧歷程解說與心境。因此，在深入訪談時，場域直接選在受訪者佈置的園藝空間裡，以自然聊天的方式，輕鬆訪談過程中，訪談者無意間會順手除草、摘心等簡單的整理動作，或突然有家人和鄰居的參與，這些互動都是研究者在自然情境中觀察到所能記錄並分析的現象與行為。

二、訪談綱要

了解受訪者的想法，是訪談研究的中心目標。要讓訪談法針對研究目的發揮效用，需要向受訪者詢問一些特殊的事件以及行為，而不只是只有一般性或抽象的意見而已（高薰芳譯，2001）。本研究採質的研究取向，回顧文獻中園藝活動相關研究範疇，針對本研究方向與目的，參考陳鵬宇（2009），初步編製訪談大綱乙份，經由與指導教授討論後修正為正式的訪談綱要（附錄一）。除受訪者與佈置範圍的基本資料，以園藝的動機、歷程、效益三個面向為主軸，設計如下：

（一）動機

1. 何時開始種植與佈置？
2. 栽種植物的原因（圍籬分界、他人贈予、美化環境、興趣、健康、節能減碳…）？
3. 是否與童年經驗、生活記憶有關？
4. 是否受媒體、報章雜誌影響？

（二）歷程

1. 投入多久時間了？每日花多少時間照顧植物？何時進行？
2. 偏好哪些種類植物（木本、草花、香草、蔬果…）？
3. 植栽種植知識技巧來源（童年經驗、鄰里交流、報章雜誌、網路、社區大學課程…）？
4. 植物來源（野外採集、他人贈予、購買、同好交流…）？
5. 最常到哪裡購買植物與資材？
6. 佈置形式的選擇（任其自由生長、參考報章雜誌案例或鄰里庭院…）？是否會隨時更換？

7. 佈置參與人員（商業工程涉入、家人、鄰里…）？平日主要照料者？
8. 是否應用永續設計等環保方法（土、水收集、肥料製作、廢棄物利用…）？
9. 出國或長時間不在家，植物如何照應？
10. 植物的其他用途（做菜、藥草、插花、照相、民間信仰…）？
11. 佈置範圍是否結合其他功能性使用（曬衣、休憩、生態教學…）？
12. 種植失敗或成功的經驗？

（三）效益

1. 覺得園藝活動過程帶來什麼回饋？
2. 家人的觀感和意見？使用及參與度？
3. 鄰居的互動關係？是否因此認識同好、互相參觀別人家的庭院？

三、研究倫理

在進行訪談之前，對於參與本研究的受訪居民，均已經初步先認識，然而，為了表達研究者誠摯的邀請之意，仍然會以書面正式邀請的方式，告知訪談方向並說明此次訪談主要的目的，並表示會依據研究倫理，將受訪者資料完全保密，並告知受訪者應有的權利等事項，讓受訪者感受期盼其分享經驗的尊重態度。（附錄二）

基於個人資料保密與研究倫理與對受訪者的尊重，在實施訪談前，先徵求全程錄音，並且在訪談過程中，得以隨時暫停錄音。此外，尚須準備筆記，針對訪談情境與受訪者特別反應等做紀錄，以彌補錄音所無法呈現的部份。另外，研究者與受訪者在訪談過程中的互動也需要詳細記錄下來。在每次的訪談結束後，隨即記錄訪談心得、感受與省思。如此能夠對於訪

談內容更加做深入的思考，亦可為下次訪談時應注意事項的參考，而往後整理資料時，更可以幫助研究者回想訪談過程當時的情境，作為內容之參照。此同意書除了讓受訪者能有事先的心理準備之外，並授權同意將錄音與訪談內容作為研究用途，利於後續的資料分析。(附錄三)

第三節 研究對象

本研究對象是嘉義縣民雄鄉福樂村有進行園藝活動的居民，受訪對象的選取採取「立意取樣」，這種取樣方式，特意選擇特定的場景、人物以及事件，以便獲取其他的抽樣方法無法獲得的重要資訊。其刻意選擇某些時間、場景以及受訪者，以便針對研究問題來提供答案，這是進行質化研究時，考量抽樣決策的最重要因素（高熏芳譯，2001）。質性的研究在研究者提出問題後，由受訪者自由的論述，答案並不固定，較能深入探討受訪者真正的意圖（吳芝儀、李奉儒，1995）。因此，本研究將以立意取樣後，運用半結構式訪談獲得資料再進行整理、分析。篩選對象的原則如下：

- (一) 福樂村自發性進行居家園藝行為者。
- (二) 觀察得出有持續性用心照料與佈置者。
- (三) 種植佈置範圍面積至少一坪以上。
- (四) 樂意分享個人的經驗與看法。

另外，居民訪談分為兩個階段。第一階段研究者散步走訪社區實際實地觀察並隨機進行談天，先與社區居民建立良好關係，降低拒訪的可能性。之後拜訪村長訪談福樂村的歷史沿革，也請他推薦園藝愛好者人選，始選擇對園藝活動具高度自發性的居民進行第二階段的深度訪談。訪談進行自民國 101 年 7 月至 102 年 3 月，訪談內容包括：居民的基本屬性、投入

居家園藝的動機、園藝活動建構歷程及居家園藝活動所獲得的效益三個面向等，以理解社區居民對園藝活動及社區景觀的意識。

本研究在經研究者實地觀察、篩選過後，選擇了 11 名熱衷於進行園藝活動的居民進行深度訪談，分別以 A~K 代號表示，基本資料如表 5 所述：

表 5 受訪者資料

代號	性別	年齡	教育程度	職業	家庭形態	投入年資 (年)
A	女	62	高職	家管	小家庭	16
B	男	45	大學	教職	三代同堂	5
C	女	34	大學	教職	小家庭	5
D	男	83	大專	退休	三代同堂	21
E	女	50	國中	家管	小家庭	6
F	女	46	碩士	教職	三代同堂	12
G	男	72	大學	退休	三代同堂	22
H	女	69	大學	退休	三代同堂	10
I	男	73	高職	商	三代同堂	23
J	女	42	高職	家管	小家庭	18
K	女	38	高職	商	三代同堂	14

第四節 研究架構與流程

本研究試圖由園藝活動的動機、過程與回饋效益來分析這些因素對於受訪者園藝活動的各項影響。為使研究順利進行，並有嚴謹的檢核過程，研究者擬定本論文架構圖（圖 4），期望能清楚呈現出本研究的架構。

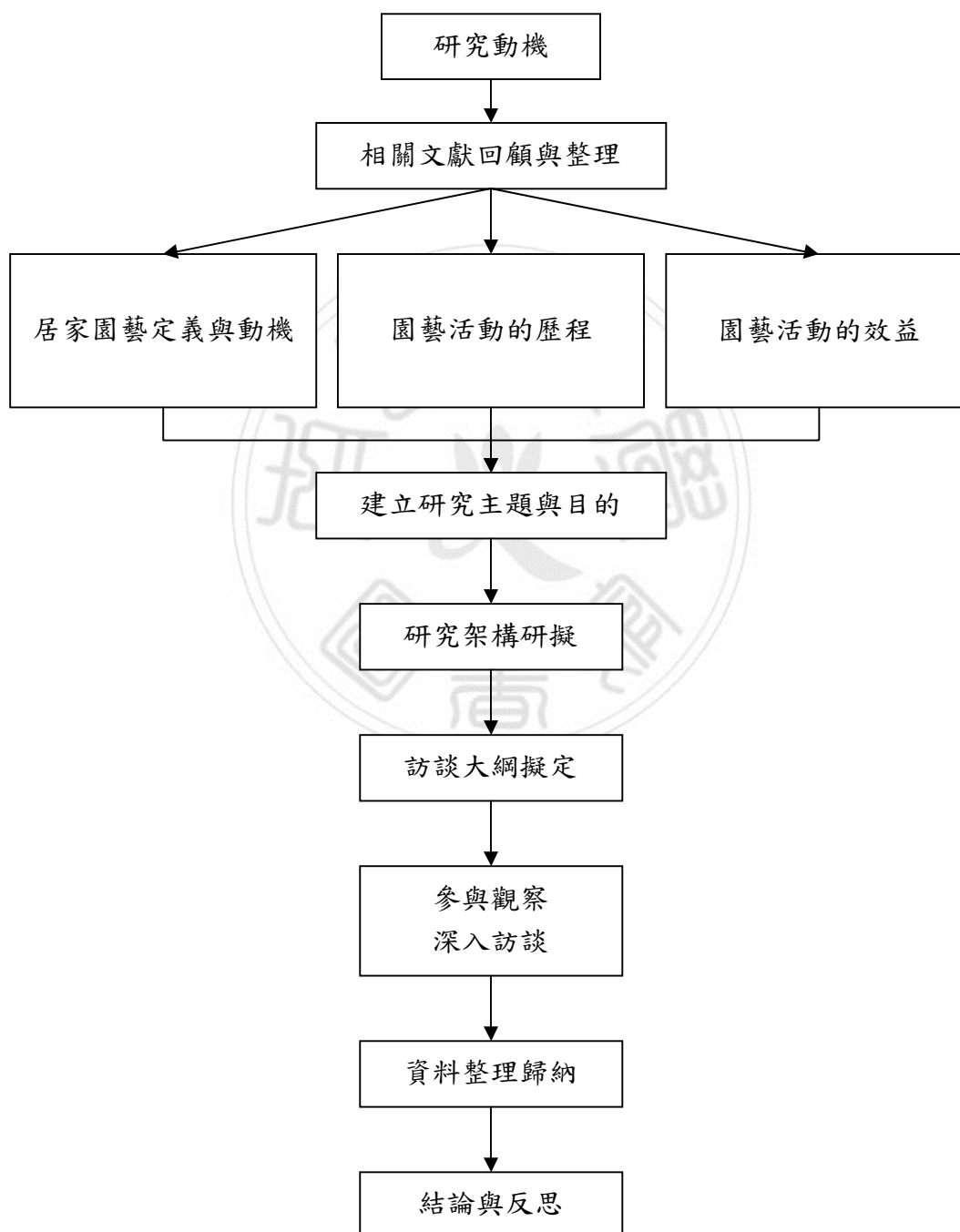


圖 4 研究流程圖

第五節 章節安排

本論文主要探討居家園藝行為，利用參與觀察與深度訪談來分析未受專業輔導的一般居民從事居家園藝的動機、歷程與效益，以嘉義縣民雄鄉福樂村為例。茲將論文章節探討之問題分析如下：

第一章「緒論」：說明本論文研究背景與研究目的。

第二章「文獻探討」：藉由專家學者之著作或論文來了解居家園藝的定義、參與園藝活動的動機、園藝與空間對話、園藝與人的關係、園藝活動的效益等相關論文探討與整合。

第三章「研究方法與設計」：說明本論文的研究方法與研究對象，訪談設計的要點與內容。

第四章「研究結果與討論」：分析整理透過參與觀察與深入訪談所蒐集的資料，以了解一般居民進行居家園藝活動之動機為何？園藝空間建構的過程與方法，以及參與園藝活動時所獲得的效益為何？

第五章「結論與建議」：將論文核心問題與所蒐集的參與觀察與深入訪談的資料分析與文獻回顧對話。綜合研究所述，歸納整理研究發現與未來可能的研究方向。

第四章 研究結果

根據 11 位受訪者基本資料，歸納個人屬性資料整理如表 6 所示。訪談對象為 4 男 7 女，年齡層分佈自 34 歲至 83 歲，大多集中在中年與退休的年齡層，其中有 6 位是退休人員或家管，相較於學生或上班族，他們擁有較多的時間可以發展自己有興趣的休閒活動。而目前有工作者以教職或自居住宅兼營業場所的居多，上班時間固定、自宅營業在家時間較長，與其他職業相較下擁有較多的閒暇時間和經濟基礎從事園藝活動。投入時間大多從購屋後開始，且投入後從未中止，時間長且穩定。各教育水平均有人投入園藝活動，而投入者均成立家庭，有 10 位家中皆有小孩，結構以三代同堂為多數。

表 6 受訪者個人屬性資料

類別	項目	人數 (人)	類別	項目	人數 (人)
性別	男性	4	教育	國中	1
	女性	7		高職	4
				大學	5
				碩士	1
年齡	30-39	2	職業	家管	3
	40-49	3		教職	3
	50-59	1		退休	3
	60-69	2		商	2
	70-79	2			
	80-89	1			
投入年資	10 年以下	4	家庭結構	三代同堂	7
	11-19 年	4		小家庭	4
	20 年以上	3			

第一節 進行居家園藝活動的動機

將受訪者投入居家園藝之主要動機整理為表 7，並歸納統整出四項動機類別，分別為：「興趣嗜好的引發」、「生活重心的轉移」、「環境美化與生態保育」、「童年回憶的滋養」，再依序進行做進一步探討。

表 7 居民參與居家園藝的動機

受訪者	園藝活動的動機	投入年資 (年)	照顧時間
A	童年時期，因父母在家門口種很多植物，生長環境也都與自然結合，嚮往田園生活。一直很喜歡植物，直到退休後有空閒，為了消磨時光，愈種愈多。一方面為了美化居家環境，除了自賞外也能供路人欣賞。	16	生活空餘時間、 周末
B	購買新房子時，將屋旁的空地一併買下。因為個人與老婆的興趣，所以開始動手整理空地，種植植栽美化環境，也營造出家人的專屬休憩空間。	5	下班後、 周末
C	童年常有與家人爬山接觸自然的經驗，非常喜愛植物親近自然，因興趣使然，在買房子後為了美化居家環境，開始在車庫內種植植栽。 空地的種植是為了生態保育，與地主達成不噴除草劑的協議，幫忙人工除草、得到屋主同意土地種植運用，避免雜草叢生。	5	每天下班後、 周末
D	退休後打發時間，在居家附近閒置空地，開墾種植作物，種了十幾年。三年前才在住家對面買了一塊空地，一半當作停車場，一半開闢菜園種植蔬果。	21	每日清晨~傍晚
E	孩子均已就業，家庭責任已完成。喜愛花花草草，因興趣使然，選擇園藝活動做為消磨時光的休閒娛樂。	6	每日下午、 生活空閒時間
F	童年時期，家人喜愛種花，自小接觸耳濡目染下喜歡蒔花弄草，大學在宿舍陽台種植很多盆栽，有自己的房子之後，更能延續這樣的興趣嗜好。	12	每日早晨、 下班後

受訪者	園藝活動的動機	投入年資 (年)	照顧時間
G	小時候家中務農，因農村生活以及接觸自然的關係，種植經驗豐富，退休後選擇園藝活動消磨時間。	22	每日清晨
H	一開始對園藝完全不了解，退休後打發時間，在先生興趣的帶領下一起投入園藝活動，但技術方面仍由先生處理較多。	10	每日下午、 生活空閒時間
I	家裡務農，從小在自然環境與遊戲中成長，耳濡目染下對種植有興趣與經驗。家裡生意交接給兒子、媳婦掌管後，以園藝活動作為休閒娛樂，消磨時間。	23	生活空閒時間、 周末
J	買地自蓋房子時，因為希望有個養魚的魚池，請景觀公司在車庫裡開挖水池並沿著水池種植一些植栽。興趣使然，之後也自行增加植栽佈置，美化居家環境。	18	生活空閒時間、 周末
K	很喜歡花，尤其是冬天琳瑯滿目的草花，除了美化居家環境，也能在顧店之餘，消磨空閒時間。(自家住宅與營業場所結合) 屋旁空地因沒人整頓，雜草重生，於是利用附近工程剩餘材料鋪設花園，美化環境。	14	生活空閒時間

一、興趣嗜好的引發：

諾貝爾文學家 Capek (1997) 說過，園丁可不是只知道聞聞玫瑰的香味就沒事了，要讓玫瑰順利開花的程序比製作布丁更為困難，光是調配土壤的介質，即令人眼花撩亂(引自耿一偉，2002)。照顧植物過程需接觸土壤、修剪、分枝、施肥、除草、灌溉等繁瑣工作，因為興趣使然，才能讓園藝活動持續進行並保持良好狀態。把心目中的想法透過手作實現，實現的不只是景觀外相的風貌，還有過程中創意的發揮與完成後自我價值感的滿

足。然而植物對於環境的溫度和濕度有各自的喜好，需要花時間才能摸索出最適合的方式。有些受訪者就單純表示從事園藝活動是興趣使然，能夠從事這樣的活動，接觸自然，讓他們感覺心情愉悅，顯示人性中對自然的追求與渴望。

對種植植物原本就有興趣了，以前就很喜歡花花草草，感覺就很舒服，逛園藝店的時候看到喜歡的就買個幾盆回來種種看。(受訪者 E)

會種這些就是興趣啊！從以前就很喜歡植物，大學住宿舍的時候開始栽種，那時候還在宿舍陽台種了一兩百盆呢！雖然很多都只是三吋盆，可是光澆個水也要花我快一個小時，但是看到他們長得好就好開心。(受訪者 F)

從小時候就很喜歡這些東西，不同植物生長的姿態很不一樣，好好照顧之後花盛開的繁榮景象，拿來佈置店門口也能美化一下。(受訪者 I)

就是興趣啊！拔個草，分株個植物，或是彩繪一下木板，我們家的狗狗會在旁邊睡覺陪我，我很喜歡拈花惹草，摸摸土、種種花心情輕鬆啦！我很喜歡這樣的悠閒生活。(受訪者 J)

也有因對田園生活有憧憬，卻還無法買地實踐，所以先在居家空間裡享受著與植物互動的喜悅，稍稍緩解夢想未能立即落實的小遺憾。

一直都都很喜歡植物，退休前就有種，但真正有時間好好照顧和認真佈置的時機點是退休之後，愈種愈多……其實現在也很想買一塊地然後能過田園的生活，還沒實行，先在自家門口種也是可以啦！（受訪者 A）

另外，有受訪者是為了滿足家人的興趣嗜好或家人帶動，繼而從事園藝活動，顯示園藝活動也帶動了家人之間的互動關係。

自己興趣也有，加上老婆是讀森林系的，和她所學有關，小孩也喜歡，只是他們只用說的，可是粗重的工作都是我在執行阿！反正就是把勞動當運動，除了美化環境之外，勞動也有益身體健康。(受訪者 B)

先生開始種的，後來才幫忙一起弄。但是都他做得比較多，我大多抓抓蟲和收成啦，我是從市區嫁過來，以前也沒這方面經驗，後來覺得弄這些花草草和種菜的時候那種心情很放鬆，慢慢接觸才愈來愈喜歡。(受訪者 H)

興趣嗜好引發其實是透過自然的感召、花木情趣、家人互動、自我價值認同的建立等因素而具吸引力，藉由實際操作，經驗累積，生意盎然的景觀與家人、街坊鄰居共享及獲得自我成就感都會讓參與者持續投入居家園藝而樂此不疲。

二、生活重心轉移的寄託：

“打發時間”這個直接性的回答，來自 6 位受訪者，他們的共同點都是已從工作崗位退休。在生命週期中，退休是一個重大的生活事件。退休代表個人對生活具有更多的選擇權，能夠有機會做自己想做的事，不需要再為生活忙碌 (Goldberg & Erickson, 1987)。

從原本佔據生活大部分的工作職場退出後，突然空出大半時間，生活頓時失去重心，因此休閒活動成為退休老人生活適應上的重要課題。而居家園藝活動容易親近的便利性和活動時能伸展筋骨的健康性，甚至帶來與他人互動的社交性等附加價值，都很符合退休老人的需求。此時投入園藝活動就帶給受訪者因生活重心轉移後心靈上的一個寄託。

退休沒事，只能在家看電視、吃飯睡覺，每天日子這樣過也很無聊，出來種種東西，勞動筋骨，比起整天待在家裡面有意義多了。(受訪者 D)

退休了反而又回來種種東西打發時間，只是現在做這些就當打發時間勞動筋骨，有空就做，比較沒有壓力。(受訪者 G)

每天閒閒沒事不知道要做什麼的時候，就能跑去看一看、修枝剪葉打發時間也很不錯。(受訪者 I)

在退休後還能藉著園藝活動的參與，建立人際互動的關係以及培養不同的嗜好，不僅能擴展生活圈，提供新的角色定位與足夠的社會支持，更能產生正向情緒。

打發時間啊，退休後很閒沒事，就種來自己欣賞，也能讓外面經過的路人欣賞，自己看了都會覺得植物好多、美化環境好漂亮啊。(受訪者 A)

種這些花花草草是退休生活之一，退休後沒什麼事，安排一些活動才不會無聊。我還去福樂國小當圖書志工，下午三點半到了就準備去游泳，要活就要動阿，這樣比較健康。…有時候鄰居會來聊聊天，有時候摘完菜就順便坐在那個水泥花圃上撿菜，一邊撿菜一邊聊天，不會無聊。(受訪者 H)

一位全職媽媽，在孩子長成，各自有工作離家後，正值所謂的離巢空窗期，如同退休狀態，歷經生活重心的轉移階段，居家園藝讓她重新找到生活重心，她覺得這是個修身養性的休閒活動。

「…小孩子都大了，我也沒工作，這個年紀去找工作也比較不好找，時間很多就找些事情做，打發時間。種種這些植物，有事情忙就不會跟人家到處去做壞（賭博）或逛街亂花錢，也會比較有素養。看到植物被照顧的很好很有成就感心情也開心啊。」(受訪者 E)

對退休老人而言，從事園藝活動不僅可以填補退休後的空閒時間，亦可

使老年生活多采多姿。對退休老人生活調適、在生命裡重新創造生活意義與價值具有正面意義。

三、環境美化與生態保育：

植物成了現代人的渴望，對很多人而言，把住的空間佈置的舒適怡人是件重要的事，而植物豐富的姿態與色彩及旺盛的生命力，使牠成為修飾建築生硬冰冷感很簡單又好運用的材料，可以讓環境點綴後顯得活潑些。受訪者的園藝佈置常在一樓車庫、大門口、圍牆邊、屋旁空地…等地方，一個小角若擺上幾盆植物，就能讓建築的直性線條柔和許多，除了自家欣賞，也讓街巷營造出美的視覺經驗，經過的人也能賞心悅目。

買新家的時候想說佈置一下，讓家裡有些自然的氣息，看起來綠意盎然很舒服，牆角邊或是鞋櫃上擺盆植物，就會覺得空間溫暖起來，線條也柔和多了！看起來就很舒服，有時還會呆呆的站在那裡欣賞。(受訪者 C)

我很愛草花的豐富色彩，開起來的時候又茂盛，自己看漂亮，顧店沒事就可以欣賞一下，佈置的漂漂亮亮，客人看了也高興嘛。走過去有人稱讚我也開心，是不是(笑…)？(受訪者 K)

有些居民佈置家門口時，會連住家旁邊或附近的閒置空地也善加利用。在訪談時詢問過受訪者：是否有先經過空地主人的同意？受訪者表示有些有經過地主同意，有些則沒有跟地主確認使用權。但他們表示：土地有種東西才不會長雜草，幫地主美化環境，他們應該很開心！D 先生甚至認養了幾塊閒置空地（共約 60 坪），種到連村長都認識他，並鼓勵他種植。

兩屆的村長也鼓勵我去空地種東西，種了就不會長雜草，也能綠化環境，那些空地長太多雜草，鄉公所都會定期派人來檢查，雜草叢生還會被開單

警告喔！我想地主應該還要感謝我幫他整理呢！（受訪者D）

這邊的地，地主都嘛沒在整理，長一堆雜草，空在那裡不用白不用，草長太高會被人家檢舉的喔，我們會幫他整理，草太高的時候會用除草劑噴一下，不要讓他太茂盛，地主應該還會感激我們的幫忙的！其實這也是互相啦～所以到現在地主也沒來找過我說什麼啊！（受訪者K）

C 小姐一開始佈置在自家車庫美化環境，後來又多了一塊戶外空地使用，是因為某次她看見屋旁的空地噴除草劑後，呈現了無生機的一片枯黃，讓喜好自然的她萌生幫地主手工除草，主動與地主聯繫溝通後，得到地主認同並同意空地使用權的回饋，也替生態帶來生機。

旁邊那空地是因為地主沒蓋房子，放著長草，那個草可以長到快兩層樓耶～很厲害!!有一次看見他們請人用除草劑除草，隔天起來草馬上變枯黃…看了心裡很難過，然後就打電話給地主，跟他們溝通，我願意幫他們人工除草，不要噴除草劑了。結果他說那就給我種，反正他現在用不到，種點東西也好，比較不會長草，我們是這樣達成協議的…沒想到不捨生態還賺了一塊地可以運用，不過是要選的啦！（受訪者C）

訪談時發現有居民認為只要是美化環境，就算沒有獲得地主同意也無妨。顯示社區居民不吝惜在公共空間擺放自家盆栽替社區美化環境，也顯示社區居民較沒有公、私領域分別的概念，只要沒被抗議就會擅自使用空地，也成為美化環境的實踐。

四、童年回憶的滋養

對於大多數人而言，童年的住所及周遭環境，是讓我們體認到自己獨特性的地方。比起重建家園本身，重建兒時花園的某些特性要可行多了，例

如移民者會在自家門前打造一座與原生國家風格類似的庭院，植物也容易使人們回憶起兒時孕育自己的家園（Lewis，1996）。一些受訪者憶起小時候的童年記憶，這些回憶連繫著他們，在現實生活經驗中與自然緊密連結。

廖云鈺在其著作《末那催眠》一書提到：小孩六歲前的感知學習，通常直覺性的全盤吸收，儲存成為潛意識，隨著長大，生命經驗的累積與創造，往往會有似曾相識的感受，其實都是潛意識再發揮作用。因此小時候與人事物的互動經驗，都會影響他未來的行為。一些受訪者憶起小時候的童年記憶，這些回憶透過植物連繫著他們與人事物、環境互動的情感，童年經驗在潛意識裡埋下了自然的種子，長大後開花結果，透過園藝活動投射出一個童年記憶裡的熟悉情境。

小時候我爸媽很愛種，在門口種好多植物，吃的看美的都有，而且我們以前沒有像現在有很多高科技資訊或玩具，都嘛在大自然裡跑跑跳跳，哪像現在小孩好命電動玩具一堆，我們都是看到什麼玩什麼，有一種草有刺刺的那種就拿來丟人阿…所以對植物有很多的接觸，那時候田地多綠地多，空氣多好啊。（受訪者 A）

小時候住南投，家裡前面的庭院，爸媽總是種滿滿的花草，爸爸種了很多蘭花，每天都細心照顧，看到他幾乎就是在那照顧蘭花或靜靜欣賞。從小接觸這些，自然而然也喜歡拈花惹草。（受訪者 F）

雖不是所有記憶都是美好的，但受訪者 G 仍在退休後選擇園藝活動當休閒活動，並因為童年幫忙時的經驗累積，讓現在的他在照料植物上更上手並充滿成就感，也帶領妻子一起投入園藝世界，增加了夫妻平時的共同話題。

小時候我家是務農的，對面那些地都是祖先留下來的。以前都很苦阿，從

小就要開始幫忙，以前做這些覺得很辛苦，只有遇到快段考了，爸媽才會說：「趕快去念書」，這時候才能稍微休息，不然連生病都要下田去工作。他們覺得務農很辛苦阿，都是希望子女能多念書出頭天，所以念書最重要啦！結果現在退休了反而又回來種種東西打發時間，只是現在做這些就當打發時間勞動筋骨，有空就做，比較沒有壓力，所以做得比較開心。(受訪者 G)

五、小結：

根據受訪者訪談分析，本研究發現受訪者會參與園藝活動，其動機相當多元，大致可分為「興趣嗜好的引發」、「生活中心轉移的寄託」、「環境美化與生態保育」、「童年回憶的滋養」四個類別。而大部分受訪者是起因於自身興趣嗜好，引發人性中對自然的一份追求與渴望。之中也有因家人興趣而帶動，在自己慢慢投入之後，從而發現園藝活動的樂趣，在蒔花弄草之餘，以及在小小生態圈中和昆蟲與小動物們的互動之中，感受到自然的美。因為生活重心的轉移而參與者屬於退休年齡層，找尋自我價值或心靈寄託而投入。而童年生長環境與累積的經驗，潛移默化中會滋養成為親近自然的動機，顯示童年時期對自然接觸的經驗之影響力。然而不同的因緣情境所產生的動機，其中有何獨特的吸引力，與投入的時間是否有關聯性，值得更深入研究。

第二節 居家園藝活動的建構歷程

一、園藝活動的成形

園藝活動的構成是由投入者因為個人喜好，或是對於植栽特性做出選擇，再依據自身擁有的園藝知識與照料方法，以及自身的美感來營造出園藝空間。從沒受過專業訓練的一般居民從何獲得這些專業知識？喜好哪些

植栽？影響選擇植栽的因素為何？植栽與資材取得的來源為何？最後如何佈置陳列？這些眾多的選擇與表現源自於投入者在從事園藝活動的過程當中不斷嘗試而建構發展出來的。以下針對園藝活動的成形以及園藝空間的佈置形式等建構歷程，透過訪談資料的討論與分析來了解福樂村的一般居民園藝建構歷程的方式與特性為何？

(一) 園藝知識和技巧的來源著重他人經驗交流與自我嘗試

如果是強烈的動機支持著居民投入園藝活動的熱情，那麼讓植物開花結果、美侖美奐的就是良好的栽種技巧。而居民們栽種的技巧從何而來？陳鵬宇(2009)研究台北地區園藝消費的狀況，提到報章雜誌中的庭院意象，或是花市花店展示的佈置創意，是園藝愛好者參考模仿的對象；然而福樂社區的居民是否也有相同的狀況？

從受訪內容來看，可以發現受訪者的園藝知識來源分為以下幾種（表8）：

表 8 園藝知識、技巧來源

來源	他人經驗				自我嘗試	童年經驗
	同好者交流	課程	書籍雜誌	網際網路		

分析後發現居民園藝知識獲取來源最多的是請教他人經驗，多為與鄰里或同好者的口頭交流，參考書籍的影響力和參與園藝課程較為少數。其次是自己實驗嘗試累積經驗而來。童年家中務農的經驗也潛移默化形成知識。

現代網路非常進步發達，只要搜尋鍵一按，馬上有很多網路資源可參

考，園藝雜誌書籍汗牛充棟，資源十分豐富，B 先生、F 女士習慣遇問題先上網查詢解決方法，若無法解決則會詢問他人經驗。社區大學也提供園藝類課程，A、C 兩位受訪者就表示曾經因興趣選擇這樣的課程學習，或是透過書籍雜誌學習關於園藝的技巧，然後在生活中實踐，或與他人交流討論。

以前有參加過課程有教一些換盆、扦插的方法，再來就是請教別人和看書、雜誌學的。(受訪者 A)

大多是自己看書或問別人經驗，有一陣子訂過《花草遊戲》這本雜誌，裡面就有很多種植的技巧和經驗分享的案例，也參與一些研習課程獲得新知。比如：大地旅人（環境教育工作室之名稱）有辦一些實作課，有空我就會參加學習一些實作技巧。(受訪者 C)

受訪者 G、I 因小時候家中務農，都曾有幫忙的經驗，耳濡目染之下園藝技巧因經驗累積而駕輕就熟成為綠手指，鮮少有失敗的經驗，會跟鄰里互動分享交流。

當研究者提問種植技巧與知識來源，D 先生表示自己是實驗後的經驗累積居多，受訪者中這樣的例子還不少，透過假設→實作→觀察→發現問題→多次嘗試錯誤→得到正確解決方法成為經驗值。在這樣一次又一次的嘗試過程中，更能觀察到氣候與植物特性等細微變化和關聯性。傾聽大地的一聲一息共鳴連結換來的智慧與經驗，並非照本宣科的盲從或種死了再重新買就好的心態。他對於親手實驗所得的種植經驗非常的了解，侃侃而談，並樂於分享。

之前有參加農會的一些課程，但都是自己實驗來的，就自己去想應該是怎麼樣，然後就試試看，失敗了就知道不適合，換其他方法多試幾次就知道了。比如：地瓜是要往下長的，所以土畦要堆高一點，它才有深度空間可

以長大一點。下種時間最好要農曆八月後，因為雨下得比較少，苗種了就不用澆水，要讓他長地下莖，水澆多了他就會長根，不能吃。要種四到四個月才能收成，種太久了會變硬不好吃…實驗失敗太多太多了，就是有這些（失敗經驗）才累積今天的成果。（受訪者 D）

大部分受訪者都表示先種種看，邊種邊觀察邊累積經驗，若是長得茂盛表示方法正確，若出現問題大多是實驗另一種方法或請教他人意見再來改善。

我做什麼事就都是試試看，失敗了就知道這樣不行，下次就不會再犯了，失敗賺經驗啦。像那株植物，九月給它剪枝居然就死了，其他的植物都沒事啊，那就知道那種植物不能在九月修剪，冬天過完春天再剪就沒事了。（受訪者 I）

自己種種看，反正到現在種了都有活，可能草花太會長了吧！人家說玫瑰很難種，可我的長得就挺好的，可能我平常有施肥有差，有時候葉子有白白的我會拔掉一些，或等開花就剪枝，要修它才會開得漂亮，有些就是種久了就有經驗了。我們這裡幾乎都是透天厝，鄰居出入碰面的機會算高，我也會看鄰居怎麼種或問他經驗啊，有時候就能聽起來放，當做參考也不錯！（受訪者 K）

E 女士認為園藝店老闆較專業，所以選擇在購買時詢問照顧方式以減少失敗率，但回來還是得在照料中觀察再加以實驗、改善。

買的時候就可以問園藝老闆種植的方法，他們比較專業，就可以學到不少，減少種死的機率啦，不然好好的植物照顧到死掉也會覺得很可惜啊。不然就是回來自己種植的過程裡面發現…這個曬多太陽長得不好，搬到陰涼處好像長得比較漂亮，一段時間照顧的經驗就比較知道每種植物生長的需要了。我們鄰居有種花的也會教我啦，你這個要怎樣怎樣…。（受訪者 E）

本社區以透天厝的建築形式居多，此建築形式讓街坊鄰居出入時照面機會較高，因此也提升鄰里之間的互動。人際關係的親密度也悄悄透過園藝行為的互動來呈現，因此透過詢問他人經驗在社區裡成為園藝技巧知識來源最普遍的方法，同時也顯示社區彼此樂於交流與分享的人文風情。但最終還是透過自己觀察與嘗試，植物是有能量的生命體，用心給了什麼，通常回饋的更多！

（二）園藝植物不一定是消費品

從前農業時代，花卉植物隨處可見，出門工作即是接觸自然。但是在今日工商業時代，多數人基於經濟因素聚集於都市地區，生活在此環顧四周只見單調一致的水泥叢林，過往耕種植栽的閒情逸致，都已是遙不可及的夢想。然而，人終究是人，社會富裕後，追求美善生活的心情是一種無可取代且必須滿足的需求，於是有了專業性的經濟栽培生產，並且在生產者與消費者之間建立了花卉運銷通路，以滿足眾多的都市住民（賴美杏，1993）。

植物透過人工栽培，被出售與購買取得的交流方式已是現今社會的消費型態。購買十分方便，但在這樣的消費便利習慣下，容易忽略其他的可能性，有些人持著反正種死了再買就好的心態就容易忽略照顧過程中細細體會植物的生長過程，從種子發芽、開花到結果中的驚喜與感動。是否還有其他取代購買的方式呢？根據受訪者的訪談分析，一開始購買的狀況多，但會延伸出不同的獲得方式，將受訪者回應植栽來源歸納為以下幾種方式（表 9）：

表 9 受訪者植栽來源

植物來源	購買	他人贈與	自行繁衍 (分株、扦插)	自家留種	野外採集	堆肥長出移植	景觀公司設計
------	----	------	-----------------	------	------	--------	--------

每種植物有自己的姿態與適合的氣候，受訪者表示依據自己的喜好或視覺感受來選擇，在照顧之後會更了解植物的特性，之後購買時能挑選更符合自己需求品種。大部分植栽來源由購買開始，種植後再自行透過分株、扦插、留種育苗等方式體驗繁衍生命的樂趣。

大部分是逛園藝店的時候東看西看，看喜歡就會買個一兩盆回家種。我買的都很便宜啦，有的三盆一百、四盆一百，回來在自己分株或插枝就又有新的好幾盆了。最貴就這一盆（日本品種杜鵑）兩百多塊，其他草花一盆才十塊。雖然便宜，可是很有精神又漂亮，分株可以種好幾盆。那價格都是商人在訂的，看喜歡就喜歡，不一定買貴的，不然種死了不就更心疼。我會把剪下來的枝條插在旁邊，成功了就多了一株新的，沒活也沒差，反正那個剪下來本來就是要丟的了，但像桂花和九重葛，我就用這種方法多培養了好幾株，但是要選那種老枝條的比較會成功。（受訪者 E）

仙人掌很會長阿，你看那些小的都是分株出來的，牠會從原本的莖長出小芽，等牠長得茁壯一點的時候，我就會拔下來再另外種成一盆，有時候一次長出兩個小芽長長的像兔子耳朵，超可愛的！種了才知道這麼會長，根本不用買啊～多到如果有人喜歡，我都趕快分出去，你喜歡嗎？我可以送你喔！（受訪者 J）

除了購買主流外，最多的獲得方式是與園藝愛好者交流互相贈與或要來的，除了減少開銷外，也帶來交流的樂趣，受訪者中有跟家人、同事、鄰居交流的，在這樣的過程裡產生人情味的互動並樂於和他人分享。

我弟弟住高雄也種很多，整個屋頂都是，每次回娘家，我就會跟他要幾株

喜歡的帶回來，他有多分株出來的也會問我要不要種，會幫我留著。我家的植栽其實很多都不是買來的，反而是大家這樣給來給去交流來的，真的喜歡植物，哪有一定要買，對不對？（受訪者 A）

買的或跟人家要的或從舊家移來的，像芭蕉就是跟兒子的褸母要來的，很會長，要一直除新長的芽，地方沒那麼大！不挖牠就一直拓啊，看如果有人想種香蕉的可以來跟我要小苗。（受訪者 B）

這盆沙漠玫瑰是學校老師送我的，他知道我喜歡沙漠玫瑰，他們家的沙漠玫瑰開花結果後留下種子，他又自己從種子繁殖的，莖特別大特別漂亮喔！我有時候看有人喜歡也會送他一盆，互相交流嘛！（受訪者 F）

自家留種是農業時代農家會做的舉動，居民經驗中也傳承了這樣的習慣。受訪者 D 會保留一些作物不食用，等牠開花結果再採集種子，之後就能自行發芽繁衍下一代。

要來的、種子店買、或摘來的，像這地瓜葉，隨便摘都有，摘一段 30~40 公分回來種就會拓展出去了。然後也自己留種、廚餘堆肥自己長出來的，像木瓜樹，是吃水果挖下的種子做堆肥時自己長出來的，然後就把它移出來種了。木瓜樹公的母的怎麼分？不知道，種大了不會生的就是公的了啊！只要買來種了，可以自己留種，下次就有種子可以種了，像這個曬了好幾條乾玉米就是留種用的。（受訪者 D）

有些受訪者從種植中累積經驗，觀察到扦插與種子發芽，從兩種不同繁衍方式，同一種植物生長型態的差異性。H 女士就表示種植經驗中發現，沙漠玫瑰用扦插繁殖長得不漂亮，要從採收的種子去種，莖才會長得飽滿肥大、姿態漂亮。這是他們透過不同種植法相較之下得來的經驗，是直接購買盆栽得不到的知識。

像沙漠玫瑰會把上面的分枝剪掉，這樣才不會只往上增高，會往旁邊長，看起來才會「大木」（台語，表示分枝往旁邊長，樹形看起來茂盛肥大之意。），然後每一年都要給他換盆哪，這樣才會長得漂亮！剪枝插的長不漂亮，要從種子開始種的才會漂亮，這些都是種了之後累積的經驗啦！其他若有問題就問人看看有沒有什麼解決的辦法。（受訪者 H）

有趣的是 C、D、E 三位受訪者表示常在自家堆肥裡發現長出的小苗，最常看見木瓜和柑桔類，會移植出來再種種看。C 小姐表示有次採收的蒲瓜就是在沒有發現的情況下，在戶外堆肥區自行沿著地面生長，在雜草堆發現時已經有蒲瓜可採，她對大自然給的這個驚喜感到雀躍不已，感受到大自然的生命力！

有些還是從我的戶外堆肥區自己長出來的，曾經長出南瓜和冬瓜和蒲瓜，我也沒搭架子讓牠攀爬，任其生長，沒想到最後竟然還收成了幾顆冬瓜和蒲瓜，雖然比起外面賣的小很多，但我超開心這天上掉下來的禮物！還有一次更誇張~很久沒種的番茄竟然在空地更裡面發現自己長了一株，還結了好多果實，我猜是小鳥偷吃之後好心幫我「播種」在那裡長出來的，我就開心採來吃啦！坐享其成耶~（大笑），真的是會對大自然無比的生命力感到敬佩！（受訪者 C）

E 女士某日發現花盆裡長出花生葉，才發現原來是堆到土裡當堆肥的花生殼裡有漏網之魚給的小驚喜。

花生是廚餘推肥後自己長出來的，還有收成過喔，大概有 20 幾顆，很不錯吧！想說這麼容易長，以後吃的時候多掉幾顆，這樣以後不用花錢買花生了啊！（大笑）（受訪者 E）

透過野外採集也是種方法，收集山林裡、公園或其他荒地的落果和種子，非消費的方式，能實際到自然的環境裡接觸與觀察，人與自然的接觸

可以如此地平易近人，從種子栽種更能觀察到生命延續的過程。C、D 兩位受訪者都曾經有野外採集的經驗：

有時候會到戶外收集一些植物種子，大多是木本植物居多，有鳳凰木、樟樹、銀葉板根、無患子等。我好喜歡收集一些種子，公園啊爬山啊或行道樹都是我收集的場所，有些種子造型很漂亮喔！像火焰木的種子有薄膜而且是愛心形狀，很可愛耶！爆開的豆莢像艘船，很特別！有些會拿來種種看，只是沒有地讓牠生長成大樹，只能種在盆栽裡，所以都小小棵，擠了點委屈牠們就是了。(受訪者 C)

我的想法就是可以不用花錢就不用花，想辦法去找資源，哪一定要買啊？像地瓜葉，這裡很多人都有種，隨便摘都有，一小段就能長，摘那一點點人家也不會說什麼，不然看到有種的跟他要一些也行。像那堆野花長得很漂亮，也是我去其他空地看到長得很漂亮，等到牠結果收集種子回來撒的，後來有人跟我說那種叫胭脂花，很會長，但我覺得雖然是野花也挺漂亮的！(受訪者 D)

訪談中唯一透過景觀公司設計的只有一位，因住宅是購買建地後自己蓋房屋，希望有水池造景，無法自己施做，所以成屋時請景觀公司在車庫裡的一角落挖水池，池邊的景觀植栽就交由景觀公司設計處理。但最後她表示還是透過自行選購、自行繁衍或是和鄰居交換植栽的過程比有趣，花費也比較經濟實惠。

大部分是去園藝店，只有那排竹子和筆筒樹、桂花和池邊的蕨類是做水池的時候請景觀公司一起種，很貴吶！還是買回來自己慢慢弄比較省，自己弄也比較有趣！對面種得漂亮的，就跟他要一些分株來種，自己也會去插枝或分株，有些牠自己會拓展，愈長愈多，太多的時候都還要拔掉一些，不然看起來很阿雜。像水池邊的銅錢草阿，也是很會蔓延，有時長到草地這邊來，太多了，我就會拔掉一些。(受訪者 J)

植物是個生命體，透過栽種了解生命延續的過程，除了購買，還有他人贈與、自行扦插、分株或留種、野外採集等方式繁衍，顯示一般居民園藝活動植栽的來源其實非常多元，也增添園藝活動的趣味性。某些獲得方式平易近人並能減少開銷，非消費購買也能達到享受居家園藝的樂趣。而透過景觀公司協助的方式因為費用高昂，如沒有特殊需求，在一般居家園藝裡極為少見。

(三) 植栽與資材的來源多元，喜好分享與手作

都會區有許多大型的花市，例如台北市有知名的建國花市，高雄市有勞工公園花市等，攤位多樣化，選擇性豐富，居民也很習慣需要時便聯想到這樣的大型花市。雲嘉南地區不像都會區有大型花市，從受訪者經驗中歸納出常購買的場所，如表 10 所示：

表 10 植栽、資材主要購買來源

植栽購買來源	資材購買來源 (盆器、土、肥料、工具等)
中小型園藝店	五金大賣場
彰化田尾花市	中小型園藝店
嘉義文化中心週末花市	彰化田尾花市
種子行(菜苗、種子)	農會
傳統早市的路邊攤	
大賣場(如：B&Q)	
藝術市集	

因沒有大型花市，所以一些中小型園藝店，因為品種豐富選擇性多，也

有提供資材，購買方便，是大部分的首選。而固定性的週末市集如：嘉義市文化中心旁的園藝市集、藝術市集，是週末休閒時偶爾會去逛逛的選項。傳統早市的路邊攤位、大賣場 B&Q 是購買家庭所需食材和用品時，會順便逛園藝的地點。

有時候做家事時間忙，逛早市就是一件蠻開心的事，買菜的時候就到處看一看有沒有喜歡的東西。我們這裡早市有個轉角開了一間園藝店，不過那間比較沒什麼，感覺沒照顧的很好。我大部分是買人家用貨車載出來擺在路邊賣的那種，很漂亮啊，像這盆玫瑰就是在那買的。(受訪者 E)

彰化田尾是全台灣最大的花卉樹木盆栽集散區，不論資材或植栽都有眾多店家可選擇，訪談中有幾位受訪者有時會刻意到彰化田尾去購買，不過路程遙遠，會順便安排個週末家庭旅遊兼採買植栽與資材的行程。

我喔~最喜歡去逛彰化的田尾，順便玩，順便逛逛花店，我超喜歡那邊一間專賣各式各樣的玫瑰花。資材大賣場或一些大型五金行就買的到了，會趁他特價時去買一些。生活品阿還是學校附近有一間豪億也蠻多東西的，可以挖寶。(受訪者 F)

大部分是去田尾買的，那邊商家多，數量種類也比較多可以選擇。像我種沙漠玫瑰那種水泥的花盆，這邊就沒得買阿，淑麗（民雄一間園藝店名）那間我去過，東西算多也沒有賣這個。雖然是比較遠，不過久久去一次買齊要的東西，也不常需要買阿~植物沒長這麼快，一次換太大盆也不行。也順便去附近玩玩，都一趟路跑這麼遠對不對。(受訪者 G)

蔬果苗栽或種子，嘉義民雄市區均有種子行，也是居民會選購的地方，認為在種子行買的種子較新鮮發芽率較高，種植後會再自行留種。資材的部份，台灣除了傳統五金行，近幾年新增了很多五金生活大賣場，東西多

元，多數受訪者表示大部分常用的資材便選擇在附近大間的五金賣場就能買得到。表 10 列出受訪者購買部份的主要來源，不過除了購買方式之外，有許多受訪者表示堆肥和資材也能自己動手做或改造廢棄物。

花盆很多是隔壁鄰居給的，有時候留著以前的盆子，換盆的時候就可以用，真的有缺再去五金行買。對面的也會給我一些東西，有次給我一包肥料，說快過期了用不完啊！幫忙用～（受訪者 E）

偶爾需要時會騎腳踏車去民雄街上的種子店或北勢子這邊有間農會購買苗栽和肥料。其實不常買，有些可以撿得到壞掉的器具的能用就再利用，不用花錢。能不花錢就盡量不要花，想辦法解決，像吃剩的廚餘、公園掃成堆的樹葉雜草也可以做堆肥，我常常騎著腳踏車去外面晃一晃，勞動筋骨很好很健康，去公園收集樹葉、寶特瓶罐子撿一撿也能種東西，堆肥桶還是農會給我的。（受訪者 D）

肥料很多是自行善用家中廚餘做堆肥，需求量大時才會到附近農會購買大包肥料，較划算。平時也會收集周遭環境資源或善用廢棄物來改造再利用，植栽與資材來源也有不少是和同好交流或是他人過多贈與，不一定會完全採用購買的方式，顯示居民樂於自己動手嘗試也熱心互相交流。

二、園藝空間的佈置形式

本研究進行實地觀察與深度訪談後，將受訪者栽種園藝植物情形整理於表 11。依據 11 位受訪者在住家周圍擺放或種植園藝植物的位置分為四個模式（大門口前、前院車庫、圍牆邊、屋旁空地），方法則可分類為四種（盆栽、地植、吊盆、水植），而植栽種類則分為七類（木本、草花、蔬果、香草、觀葉、蘭花、多肉植物）。種植面積 9 名在 7 坪（含）以下，僅有 2 名種植面積超過 49 坪（含）。園藝植物種植與擺放地點以大門口前（屋前）

為最多數，共有八位；將車庫結合園藝空間使用、沿著房屋外圍牆邊擺放的各有四位，也算是常見。最為特別的是除了自家私人空間的使用，竟有高達七位受訪者均有運用屋旁空地或對街空地甚至附近空地種植植栽的情形。這些盆栽、植物是居民的私人財產，而居民願意將他們放置在自家門外，除了自賞也願意與他人共賞，除了說明居民們具有樂意與他人分享植物之美的個性之外，也說明居民們對公共領域與私人領域，以及自己與他人之間的界線並不是劃分得非常清楚。種植的園藝植物種類以木本植物最廣受歡迎，蔬果及草花與蘭花也常見，全部都有採用盆栽形式種植園藝植物，同時也有許多民眾地植園藝植物，吊盆與水植極為少數。

表 11 受訪者園藝栽種情形

代號	面積(坪)	擺放位置					植栽種類							種植方式			
		大門口前(屋前)	前院(車庫)	圍牆邊	屋旁空地		木本	草花	蔬果	香草	觀葉	蘭花	多肉仙人掌	盆栽	地植	吊盆	水植
					自有	他人											
A	3	★		★			★	★	★	★	★	★		★		★	
B	49				★		★	★	★					★	★		
C	4		★	★		★	★	★	★	★	★		★	★	★		★
D	85				★	★			★					★	★		
E	3	★				★	★	★						★	★		
F	1	★					★					★		★			
G	7	★	★		★		★		★			★		★	★		
H	6	★	★		★		★		★					★	★		
I	4	★		★			★							★	★		
J	6	★	★				★	★	★		★	★	★	★	★		
K	3	★		★		★	★	★		★		★		★	★	★	★

(一) 偏好植栽的選擇考量

對於植栽的選擇，有的偏好觀賞具豐富色澤、會開花的可以滿足視覺的效果、有香氣的滿足嗅覺感官；而有不少受訪者考量種植可食用的蔬果；有的希望好照顧，種一些木本或耐旱品種；有些選擇象徵意義的民俗植物，例如桂花象徵富貴又有香氣。許多受訪者表示多樣性看起來比較豐富，只是有一些個人的考量，讓植栽的選擇比較偏向某些特性。

根據訪談整理出居民偏好的植栽選擇分為「長年生好照顧」、「視覺饗宴」、「芬芳香氣」、「健康可食性」、「實用性與植物所象徵的意義」此五大特性。

1. 長年生好照顧

木本植物長年生，好照顧並容易自行扦插成功繁殖。多肉植物耐旱不須常澆水，也容易繁殖。好種好照顧、失敗率低是一般居民選擇園藝植栽的優先考量。

以前年輕體力好，什麼都嘛種，種到多到都想開店來賣盆栽。現在啊，老了要服老，又要幫忙店裡的事情，我現在都選那種好種不用太常照顧的，像九重葛長的快我可以修剪，但不用太常澆水，又常常開花，澆太多水它反而就不開花了。…木本比較好種啦，現在不喜歡種那種草花，太花時間照顧了，生長期又那麼短。最喜歡九重葛，因為好照顧，開花期長紅色的盛開又很鮮亮。(受訪者 I)

喜歡種些好照顧的，仙人掌很會長阿，你看那些小的都是分株出來的。
(受訪者 J)

2. 視覺饗宴

花朵具高度觀賞性也非常受居民喜愛，而各式草花也是居家園藝佈置的熱門選項，除了有季節性無法長年生長，正植花季時其實很好照顧，若是想增添熱鬧氣氛，品種和色澤選擇性多，價格便宜，也是居民偏好的植栽之一，其中以紅色系花朵亮眼又喜氣最為討喜。

目前種最多的是沙漠玫瑰，很耐旱不用怎麼澆水又多年生，紅色開花也很討喜漂亮，愈種愈有心得，這幾棵都種十幾年了才有這麼漂亮肥碩的莖，要用種子種才會漂亮！（受訪者 G）

我大約冬天都會去買一次草花，冬天的草花很多，我都會去買來佈置，很便宜啊，一盆十塊，像鳳仙花阿、矮牽牛啊，顏色鮮豔很多種色彩，超好種，我買個幾盆回來種，一百塊有找，就會自己拓展長一堆，可以欣賞很久，很划算！（受訪者 k）

3. 芬芳香氣

視覺賞析為居家園藝最直接的感受，然而嗅覺為人體五感之一，有些人喜愛聞到花香而感到幸福舒暢，例如：玫瑰、桂花、香草植物等，都有療癒的芬芳香氣也，能泡茶、料理使用。受訪者中提到喜好芳香植物以女性為主。

香草植物也有種一些，可以泡花茶、做菜，香味也有提神紓壓的功能。像那個薄荷很會長，檸檬馬鞭草的味道也超舒服的，不過夏天長得比較不好就是了。（受訪者 C）

玫瑰花那種淡淡的香甜，聞起來好舒服好幸福，我超愛的。桂花盛開的時候，那種清香飄很遠喔～在家裡一陣風飄來淡淡的香氣，那個可以收

集起來曬乾泡茶，自己種的沒用藥，加點糖就很好喝，淡淡的很清香。

(受訪者 K)

4. 健康可食性

Kaplan & Kaplan (1989) 發現園藝之所以受歡迎的原因在於「可以種植新鮮蔬果」。許多受訪者表示透過種植食用性植物，目的不只有使用上的便利性、無農藥的種植能吃得健康安心，還有成長過程的期待與驚喜以及分享出去的喜悅。

香草植物也有種一些，煮菜的時候有時候會用到，最近開始有種一些蔬菜，沒有農藥，雖然長的比較小，但比起外面的健康多了，也敢拿來生吃，拔了沖一沖水就能吃了。(受訪者 A)

我大部分都種菜，都給家裡煮比較多，都不知道幫他們省多少菜錢了！偶爾親友來時會送一些自己種的菜給他們帶回去，他們就很開心，畢竟我真的很用心種也沒有下藥，連施肥都自己做的。蔬菜會選比較不會有蟲害好種的：油菜、咩阿菜（苦苦的，我不喜歡吃，蟲也不愛，但很好種）、四季豆、地瓜、地瓜葉、辣椒、韭菜、卦菜、紅菜、玉米、茼蒿等。(受訪者 D)

5. 實用性與植物的象徵意義

傳統認知中或商業行銷後某些植物具有吉祥喜慶、驅邪招福招財意義，而這樣的意含深受居民的信任，認為反正除了美觀，多個趨吉避凶的功用求個心安也無妨。例如：福木因為葉子長得像日本古代貨幣，人們希望藉由栽種此樹發財得福而得名。家種五株福木，意寫「五福臨門」；聯合報系在苗栗的度假中心，大門前同時栽種著福木與桂花，就

是取其「富貴同堂」之吉利。(高雄市常見行道樹導覽手冊, 2013)

人家說家裡要種一些有香氣的花, 像桂花很清香, 所以門口對稱種了兩棵, 好像是跟福祿壽的象徵有關係, 我忘記是哪一項了, 竹子也是, 這裡對民間信仰是比較重視的。…我兒子在對面開一間咖啡廳…店門口有一些長壽花的佈置也是從家裡搬過去的, 紅紅的討喜氣。(受訪者 H)

大門口那兩株(鴨腳木), 形體很漂亮, 也葉子成傘狀打開, 看起來就很茂盛, 而且它長得很慢, 長大也是底下的莖變大, 不太需要剪枝, 人家就跟我說這個是發財樹, 所以我就擺在店門口好看也討個吉利。…我老婆很愛桂花, 除了愛他的香氣, 因為這種植物屬於陽性, 在家種這個很好, 很清香; 像夜來香就比較不好, 因為它是晚上開花, 屬於陰性的。(受訪者 I)

當初想說在窗邊種一排竹子, 除了可以遮點陽光外, 覺得竹葉這樣風吹來挺好看的, 長太多鋸下來的部份也能看做什麼圍籬阿其他功用, 而且人家不是說竹子有節節高升的意思嗎? (受訪者 J)

民間流傳一些新興或地方習俗傳統相關的醫療觀念和方式, 直接或間接也具有身心靈照顧功能, 相對於主流的醫療體系而言, 他們往往被歸類為所謂的「民俗醫療」(張珣, 1989)。漢族傳統有發達的中醫處治人生大部分疾病, 但仍有中醫無法醫治的疾病, 民間因而有各種的秘方、偏方及宗教療法, 千百年累積的經驗及觀念形成民間知識寶庫, 是人們在藥石罔效後, 希望寄託之處(楊翎, 2002)。傳統民俗療法常聽見的有小孩受驚嚇可用抹草和芙蓉葉或艾草洗澡, 可以安神。

有種一棵抹草, 人家說可以避邪, 小孩子受驚嚇拿來洗澡說很好用, 不過我倒是沒用過啦! 但擺在門口聽說也可以避掉一些不好的東西, 所以也種了一棵。(受訪者 K)

芙蓉種很多，有人是說可以避邪，也是有一點因為這個原因，但是我很喜歡他的型態，我有特別買日本品種的，好好照顧修枝，之後可以像一朵朵圓球狀很可愛，麒麟花（刺梅）就是人家說家裡種一盆這個不錯，可以避邪，也會開紅色小花，也挺不錯的。（受訪者 E）

民間草藥（魚腥草、艾草、康復利等），雖不一定了解是否經過醫學上的實際驗證，但是居民對口耳相傳這類植物的「藥效」有一定的信心。

有些中草藥或香草我會曬乾，等需要的時候再看怎麼利用，後來發現去社大學肥皂時，這些東西都可以磨成粉加入皂裡，超好利用的！比如魚腥草，雖然有腥臭味，可煮茶喝可以治感冒，是老人家跟我分享的好東西，曬乾磨成粉入皂洗起來對皮膚很好呢！（受訪者 C）

康復利（藥草）那是人家說吃了對身體好阿，所以種了兩棵，每天早上我就摘兩片葉子加一些鳳梨、石蓮花、香蕉打成精力湯喝。至於有沒有效喔，就這樣吃都還好啦，還是要多運動。（受訪者 H）

受訪者中，對於民俗療法最有心得的，要屬受訪者 I 了。雖然嘴裡一直說他是以欣賞居多，但是話匣子一打開，對於小時候得自西螺七崁阿善師的獨門偏方，他可是如數家珍，也不吝於分享。還簡單分享幾個偏方，就包含了迅速止血（如流鼻血、血崩等）、消炎止痛、通血路，甚至解蛇毒的方法。

這個鈕丫紅（台語）很苦喔，長的很像龍葵，莖連葉下去敲打出汁後加蜂蜜喝下去可以通血路，有一次老婆頭痛到不行，我就弄給他喝，後來就不痛了，但也不能過量，太強會嘔吐。我有介紹給羊癲風的一位病患媽媽試過，他跟我說他用了太多給他兒子喝，結果一直吐，可是後來說也奇怪，每個月會發作的病症，後來好像比較沒發作了。不過你們這些

讀過書的，應該不敢這樣聽我說完就試吧！（受訪者 I）


無論是祈福、避邪或偏方，這些民俗信仰與草藥的應用，信者恆信，不信者恆不信。不管效用如何，代表的是植物與人類生活的密切性，民間文化的重視與傳承，顯示出居民在居家園藝植栽選擇的部份仍深受民俗習俗與信仰所影響。

透過訪談內容與參考書籍、網路資料，將民間常用的民俗植物功能與象徵意義整理為圖 11：

表 12 民間植物功能與象徵意義

植物名稱	功能	象徵	圖示
艾草	去瘴、濁之氣。	坊間最常用的三種避邪植物，術家常將三種混用。	
抹草 (銳葉小槐花)	去陰、邪之氣。臺灣民間習採枝葉，置於小兒沐浴水中，謂能避邪爾，故稱魅草，抹草		
蕪艾 (芙蓉仔)	蕪艾(芙蓉，取台語「扶陽」諧音之意，避邪之用意。去魅、煞之氣。		

<p>榕樹</p>	<p>台語『清阿』，取其諧音，有清除一切穢氣，一切清淨之意。端午插門口外還有用於奔喪時置於衣袋。</p>	<p>避邪</p>	
<p>麒麟花</p>	<p>因植株充滿刺，刺尖如利器，易於刺破妖魔，所以取其利刺為避邪作用。</p>	<p>避邪</p>	
<p>萬年青 (細葉綠竹蕉)</p>	<p>取萬年青的「萬」，表示萬年長青、欣欣向榮之意。常供在神桌兩旁。</p>	<p>欣欣向榮</p>	
<p>千日紅 (圓仔花)</p>	<p>紅色喜氣、形體圓滿，不易枯萎，象徵喜氣。結婚時，是結婚時媒婆、親家母等人的頭飾。</p>	<p>喜氣</p>	
<p>竹子</p>	<p>中空象徵虛懷若谷、竹節與生長型態象徵節節高升。</p>	<p>氣節高尚 節節高升</p>	
<p>桂花</p>	<p>取其諧音”貴”，表示富貴之意。</p>	<p>富貴</p>	

<p>福木</p>	<p>因葉子像日本古代貨幣，希望藉由栽種此樹發財得福而得名。家種五株福木，意「五福臨門」；大門前同時栽種福木與桂花，取其「富貴同堂」之吉利。</p>	<p>福氣</p>	
-----------	--	-----------	---

資料來源：訪談內容、《高雄市常見行道樹導覽手冊，2013》、
《臺灣客家民族植物：應用篇》、網路資料

(二) 常見的植栽陳列方式

歸納受訪者植栽陳列方式，將其在佈置上的喜好呈現如下：

1. 大門對稱佈置

植栽的陳列與配置，除了根據既有的空間作調配之外，也要兼顧美感的呈現。美感的呈現與構圖有關，而構圖表現也會影響視覺上的層次感（涂淑薰，2003）。大門口的盆栽擺設最容易見到的方式是以對稱形式，沿著門框或柱子做垂直或水平延伸，大多講求視覺的穩定和均衡，很像一回到家，門口的植物就伸出雙手迎接主人歸來（圖5）。



圖 5 對稱、均衡的擺設方式

也有犧牲門戶主要進出的大門，前面成為植物擺放區，人車統一從車庫鐵捲門出入。李繼勉（2001）的研究顯示最受一般民眾喜愛的構圖類型，為三角以及水平構圖。居民喜好將盆栽擺放喜好叢聚成群，前後重疊產生整體感，再利用磚塊、石板墊高或植栽本身的高低落差，前低後高擺放產生層次感，或採三角構圖團簇聚集擺放，延伸視覺高度和穩定感，或水平開展，延伸視覺寬度和範圍感，都是居民喜好及常見的擺設方式（圖 6）。



圖 6 三角構圖（圖左）與水平延伸（圖右）

2. 遮蔽與掩護

植物除了視覺賞析，在特定修剪與排列在戶與戶之間，成為居家遮掩庇護的圍籬。這樣的擺設位置也暗示了居家空間的分界線（圖 7），綠意盎然的生命力替代了磚牆或鐵欄杆的生硬與冰冷，減少視覺上帶來壓迫感。

而當空間設計有清楚的界限，也暗示了它們是「屬於」某人的。根據 Newman (1972) 的研究顯示，人們傾向於會尊重能判別所有權的區域。比起單純地擺放在門口，這種具有清楚界限的擺放方式，營造出的是一種防禦空間 (defensible space)。Paul (2003) 指出，防禦空間是有清楚界限或是半私密的空間，專屬於個人的空間；也就是說，訪客可能會將它們視為某人的領土。



圖 7 居家空間的分隔

3. 依附建築體，柔化直性線條

而圍牆邊或是邊間的建築體，居民會習慣將植栽擺設延靠著圍牆邊，做水平式開展的排列，使建築物的直性線條藉由植物得到修飾（圖 8）。



圖 8 圍牆邊的擺設

車庫內擺設以兩種形式居多，一種車庫為半開放空間，欄杆遮蔽較為穿透，擺設易見（圖 9）。另一種是做滿封閉式的採光罩，就只有屋

主出入或開門時才能一探究竟，對社區整體景觀影響就沒那麼大。車庫內因為以停車的功能為主，考慮人車動線關係，無太多空間可延伸，大多會沿著階梯或牆邊、牆面或鞋櫃等平面可利用的空間做小範圍佈置，比較常見是沿著牆面邊擺放吊掛或小角落的叢聚擺設的佈置方式（圖10）。



圖 9 半開放式車庫擺設



圖 10 封閉式車庫擺設



圖 11 結合景觀設計公司規劃的空間

請景觀設計公司協助規劃在一般民宅裡極為少見。屋主表示在挖水池時請景觀公司做池邊植栽的設計，其他植栽和佈置是日後自己再增加。因買地自蓋建築物，規劃上較為自由，偌大的車庫保留了一角做水池與流水，植栽選擇與鋪面材質和空間營造較為活潑有層次感(圖 11)。

一般居民的園藝擺設受限建築形式，容易依附建築體做佈置。沒受過專業訓練考慮面向單純，大部分受訪者表示並沒有多想陳列何等風格，就只是隨性沿著牆邊擺放，也沒有花費太多的費用在植栽以外的佈置，較多依靠著建築體平行開展或叢聚的佈置方式，有受訪者表示植栽聚集在一起，就能呈現出花團錦簇的視覺效果。居民大多喜好手作改造，利用創意上的發揮，在居家園藝佈置裡增添多元又有趣的獨特性。

4. 善用公共空間與荒地利用

社區居民喜愛將自家盆栽往公共空間擺放，除了土地使用所有權比較不會起爭議的大門口前、車庫內與圍牆邊，甚至在電線桿旁、人行道也會善加佈置(圖 12)。在訪談時也發現有居民認為只要是美化環境，就算沒有獲得地主同意也無妨，只要沒被抗議就會擅自使用空地。居民



電線桿美化



公用空間利用 (人行道)



空地利用

圖 12 公共空間與荒地利用

表示空地空著也是長草，雜草叢生不僅不美觀也容易窩藏蛇鼠之輩，因此倒不如好好善加利用，美化環境還能生產食物，不會雜草叢生被開罰，或許屋主還會感激他呢！

居民對於居家生活空間的延伸和空地地主有著微妙互益的關係，也顯示出社區居民不吝惜在公共空間擺放自家盆栽替社區美化環境，對於空間的使用較沒有公、私領域分別的概念。這也是一種領域權（territoriality）的展現。領域權可以被視為由個人或團體所展現的一組行為及認知，是以所知覺到的物理空間的所有權為基礎。「知覺到的所有權」指的是若不是實際的擁有權（如自己的家），就是某個可以控制的空間（例如使用住家附近的空地，雖然空地歸他人所有）。領域行為對社會組織提供了重要的動機及需求，其中包括佔據某個區域、在其上建立控制權、將其個人化、對其產生思想信仰與感覺，有時候也依賴領域行為（Brown, 1978； Taylor, 1988）。

從圖 13 可看出不習慣雜草蔓延的居民，甚至會將屋旁的閒置空地美化，以草花種子播種美化來取代雜草，將居家生活的空間延伸，並納入個人自行利用的範圍，例如圖下的場域就兼具曬衣場的功能。



圖 13 閒置空地美化與利用

(三) 經濟與環保考量的手作創意

1. 廢棄物的改造與利用

訪談之中，居民表達出消費行為並不強烈，民風簡樸，消費性的佈置零件沒那麼常見，倒是看見許多利用小物件加上廢棄物改造的創意，在這提倡環保重視綠色生活的年代，或許這是他們透過居家園藝實踐環保的方法之一，也不會添增太多的資源浪費和園藝上的花費。

圖 14 則是廢輪胎外胎的利用方式，有居民拿來當植物的家。也有如圖右所示，在空地挖個洞，底層鋪上防水塑膠布，種上水生植物，養了魚變成小小生態池，還吸引了青蛙和蟾蜍前來居住。



圖 14 廢棄輪胎再利用



圖 15 創意改造 1

壞掉的機車籃變成牆面上美麗的吊籃(圖 15 左)，乾枯樹枝綁上麻繩加上撿拾的落果成為掛飾、廢棄的玻璃瓶也能插上適合水耕的植物，如黃金葛或合果芋等植物，搭配起來別有一番風味(圖 15 右)。

圖 16 的場域是受訪者在屋旁閒置的空地美化，堆疊花園所用的石塊是利用附近工程剩下的廢材所堆砌而成，生鏽被丟棄的工程用梯也被

撿拾回來加工，放上木板，綁上風車，成了植栽美麗的展示架，旁邊架上竹竿還兼具曬衣功能，兼具賞析與實用功能。



圖 16 創意改造 2



圖 17 創意改造 3

破壞後原本要丟棄的竹製存錢筒加上廢棄寶特瓶高低排列，拉牽管線利用幫浦抽水循環，就成了一個經濟又實惠的循環水流設計，除了給水缸裡的魚製造空氣外，也營造出聽覺的享受（圖 17）。

圖 18 的竹圍籬，為了遮陽又需透風，是受訪者考慮很久後思索出來最適當的材質，買了幾百支的細竹子，和兒子從測量、裁切到鑽洞綁鐵絲，一步一步慢慢搭建而成的。或許不是專業的手法，但辛苦完成的作品還包含著父子共事過程的互動與情感交流。



圖 18 創意改造 4

這些居民的創意展現出一些巧思加上動手做，就能讓一些廢棄物變得美麗又實用，手腦並用之餘，甚至簡省下大筆的花費，顯現居民喜好動手嘗試與獨特的創意性。




2. 永續環保的照料方法

(1) 自製堆肥

透天建築形式的關係，加上農會曾經在社區裡做環保酵素製作推廣，比起在都市大樓裡，受訪者幾乎每個人都會自製堆肥。利用落葉、廚餘果皮、蛋殼等，使用堆肥桶或埋入土裡發酵，也有採好氧式的熱堆肥法，居民熱心提供了自己的自製堆肥法整理如表 13。自製肥料居多，除非用量比較多時才會到農會購買。D 先生還熱心分享：「堆肥液除了稀釋後養肥蔬菜，我還拿去沖廁所，我家 83 年買的到現在從來沒有請人抽過化糞池，堆肥裡的酵素會把糞便分解成水就不會淤積了，別人是逃離細菌，我

是培養細菌。」E女士會利用洗米水澆花灌溉，也將廚餘的蔬果皮埋入土裡做堆肥，將環保落實於園藝活動中。

表 13 居民自製堆肥法

直接掩埋法	熱堆肥	酵素製作
<p>※材料： 廚餘中的蔬果皮蛋殼等，避免油水和肉類，易發臭。</p> <p>※做法： 直接埋入土裡自然腐化，表面需以土完全覆蓋住，才不會招果蠅、蒼蠅，影響環境衛生。</p>	<p>※材料： 碳（枯枝、落葉等乾材） 氮（廚餘、鮮草葉等鮮材）</p> <p>※做法： 1. 碳:氮=25:1 2. 從下到上，一層碳，一層氮，層層堆疊。 3. 疊完後澆適量水分，中間插入竹竿幫助發酵。 4. 最上方蓋上大型葉片或塑膠袋避免雨淋降溫。 5. 最佳發酵溫度為55-65度 6. 發酵時間約18天，發酵完成可混入土裡使用。</p>	<p>※材料： 黑糖或黃糖:0.5kg 蔬果皮、樹葉、廚餘:1.5kg 水:5公升</p> <p>※做法： 1. 將黑糖和水順時方向攪均後再放入廚餘，桶子需留一點空間發酵，上蓋封好。 2. 保持讓黑糖水蓋過廚餘，偶爾把浮在上面的廚餘按壓下去，使其埋在液體中。 3. 需發酵三個月，可做兩桶交替使用。 4. 如果液體呈現黑色，可多加入糖使其發酵完全。 5. 完成後酵素液略為黃褐色，施肥需稀釋100倍以上再使用。酵素渣也能埋入土裡使用。</p>
		

(2) 節約水資源的種植方式

A. 土壤表層堆疊覆蓋物

B 先生騎著腳踏車到處蒐集落葉、乾的稻梗等，將這些物質覆蓋在土上，不僅能防止長草，還能幫土保溼，減少水分的蒸發，不必常常澆水，等到分解後又成為有機質，非常環保（圖 19）。



圖 19 覆蓋物

C 小姐則是割除旁邊過高的芒草或蒐集落葉當覆蓋物，有相同的做法和概念，下雨時土也不會直接沖刷流失。但比較不一樣的是她並不討厭雜草的存在，認為各種雜草本身就是土層很好的覆蓋物，分享了蘋果爺爺的故事，表示每一種物種都有存在的價值和生態圈的食物鏈關係。採取較為放任生長的方式，所以她利用荒地種植出的空間場域，乍看之下好像雜草叢生，實際近看卻發現有草花（金毛菊等）、香草植物（檸檬馬鞭草等）、蔬菜（地瓜葉等），許多栽種的植栽和各式原本土地長出的雜草共生著，有著豐富而多樣性的物種（圖 20）。在人為的改變下，盡量還能依賴在地的生態系統，並非完全以人為本的觀點，重新連結人

與土地，建立另一種與自然的關係。

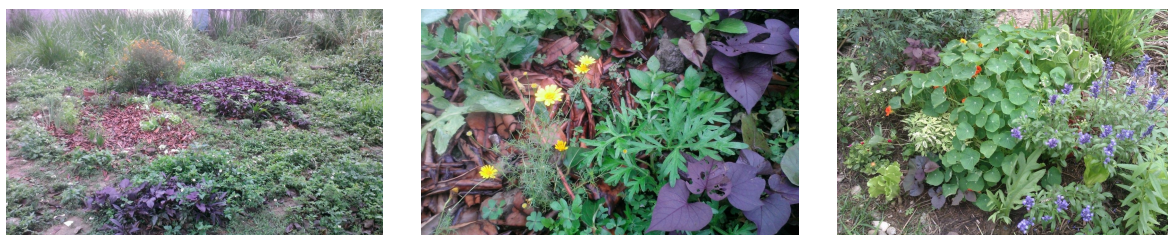


圖 20 植栽雜草共生

B. 垂直式澆灌省水法

在柱子上綁上塑膠網，用束帶將植栽吊掛固定，形成直線的上下排列，只要在最上盆的植栽澆水，多的水分自然流入第二盆、第三盆…，做水資源的有效利用。而這樣的創意架設法也把空間運用到極致，不佔空間也美化了冰冷的金屬柱子（圖 21）。



圖 21 垂直式吊掛

五、小結

藉由居民的照料植物過程發現，隨著近代環境保護思潮的興起，另一種生態環保、友善環境的種植方式逐漸被重視。透過深度訪談，

亦有居民表示凡是能想辦法解決或利用東西改造，能不花錢就不花錢，在節約的行為下其實還意含著物盡其用，學習如何降低對環境的衝擊。並歸納出福樂村居民進行園藝活動歷程有以下三點特徵：

（一） 多樣性

社區居民種植園藝植物時不僅在種類的選擇上採多樣性，會同時選擇兩種以上的種類做搭配。植栽來源也不僅於購買，更善用一些植栽技巧自行分株與扦插，也會自家留種再繁殖，體會延續植物生命的多樣性。而種植時使用的資材或盆器相當多元，善用資源回收再利用，保麗龍箱、機車籃架、浴缸等廢棄物都能有所運用，利用不同物種和盆器型態營造層次感與豐富性，發揮個人創意，由此可見居民們的創意及多元性。

（二） 重視實用性

社區居民在選擇園藝植物時，相當注重該種植物的代表意義及實用性，喜好種植可避邪招財、可食用的植物。開花植物亦較偏好選擇較不需要時常打理的木本花卉，如九重葛、沙漠玫瑰等且不需要常澆水。但也有例外，像受訪者 K 最喜愛大量草花種植，理由是色彩選擇性多、鮮艷亮麗，茂盛時一整叢的大盛開，叢聚的美感讓她不厭其煩地每年冬季都會添購草花重新下種。而在盆器選擇方面以塑膠盆器為大多數使用，居民常常以便利、實用、耐用又好搬運放置為主要考量，顯示社區居民在進行園藝活動時的心態相當務實。

（三） 善用公共空間與荒地利用

社區居民不吝惜在公共空間擺放自家盆栽替社區美化環境，也顯示社區居民較沒有公、私領域分別的概念，只要沒被抗議就會擅自使用空地，而將荒地利用種植作物此行為倒也符合了「可食地景」的概念。根據上下游 News & Market 網站提到政治大學區域智慧資本計畫—宜蘭縣創意城鄉小組專案經理吳信緯解釋，「可食地景」顧名思義指的是可以吃、又可以看的景色，結合園藝和耕作，以友善環境方式，在社區空地種植作物，1998 年起就風靡國外。

另根據 green inside 網站，帕姆·沃爾赫斯 (Pam Warhurst) 在網路 TED Talks 演講「可以吃的風景」，提到在英格蘭北部的陶德莫登 (Todmorden)，這幾年來和一群志願隊伍帶領下，將廢置土地變為菜園，在鐵道沿路、運河、警察局、甚至公墓到處種蔬菜、水果、藥草，城鎮沿路充滿可以吃的植物，營造一個「可食風景」。整個過程並不以取代農業生產為目的，只是讓民眾更親近觀察、意識到作物生產的過程，改變社區中人們看待食物的方式。最後還因為以食物為中心的鄉鎮發展特色，吸引來自各地的「蔬菜遊客」慕名前來參觀。帕姆·沃爾赫斯在 TED 演講中表示，發起這項運動是認為，食物是唯一可以跨越年齡、收入和文化差異的語言；透過食物這個語言，用另一種不同的眼光，看待自己所處的空間，得以挖掘不同的生活方式，而且還可以複製到每個地方。

其實這不是一個新的概念，以前台灣的農村便到處可見，在居家周遭種植簡單香料植物和蔬菜，不同的地區不同的植物，營造出不同的可食風景，而在這樣公共空間與荒地利用的行為裡也呈現出居民將農村經驗延續生活中。

第三節 居家園藝活動獲得的效益

人與植物的連結其實非常密切，舉凡戀人之間的情意表達，或是探視親友傳達關懷，植物可以是一種潤滑劑，也是一種情感表達的代言人。植物也同時是建立人際關係的一種管道，以及拓展生活範圍的方式。從事園藝活動，除了可以善用植物聯繫鄰里之間的情感，提供話題並建立社區意識之外，在投入園藝活動的同時，也帶給園藝活動者身體的活動與心靈的紓壓，同時也綠化了環境。根據訪談內容將受訪者投入園藝活動所獲得的效益歸納為七項，如表 14：

表 14 居民參與居家園藝的效益

項目	受訪者
勞動筋骨，活絡思考	B、D、G、H、I
紓壓放鬆，心靈寄託	A、C、E、H、I、J、K
建立個人自信與成就感	A、C、E、I、K
享用自種健康食材	A、B、C、D、G、H、J
營造居家休憩空間	B、F、G
促進人際關係交流	A、B、C、D、E、F、G、H、I、J、K
生態環境知覺的啟發	B、C、D、I、J、K

一、勞動筋骨，活絡思考：

透過園藝活動照顧植物的過程，挖土、種植、修剪、搬運等過程的勞動，某些細微的動作讓人從手指到腰部到腳全身性的運用到，在活動過程中流汗排毒、活絡筋骨、使身體均衡發展，保持良好協調性的體魄。受訪

者中，退休年齡層多以園藝活動當運動，有著休閒兼運動的有趣想法。還有受訪者為了園藝種植，騎著腳踏車到處掃樹葉要當覆蓋物，成了額外的健身法。

退休生活之一，退休後沒什麼事，安排一些活動才不會無聊。…要活就要動阿，這樣比較健康。(受訪者 H)

每天一起床就到這裡來了，連早餐都是在這裡吃，工作至少都七個小時以上，除了這裡還有其他三塊地要弄…我常常騎著腳踏車去外面晃一晃，勞動筋骨很好很健康，去公園收集樹葉、寶特瓶罐子撿一撿也能種東西…(受訪者 D)

而在佈置和照料的過程常會遭遇到一些問題，想辦法解決的同時刺激大腦思考，活絡思考能力之下累積經驗，也學習到植物生長的特性與生態連結。

買新房子的時候，旁邊剛好有一塊空地就順便買下了。入住時才慢慢開始整地，剛開始土非常的硬，用手動方式自行挖地、鬆土約 30 公分深，才有辦法種植。反正就是把勞動當運動，除了美化環境之外，這樣動一動有時候也流了滿身汗，排汗可以排毒，也有益身體健康。(受訪者 B)

訪談中幾位年過七十的受訪者外在顯現確實身體硬朗有活力，有位還風趣的要研究者猜測他的年齡，並不因年長而服老，享受園藝勞動且樂此不疲。

二、紓壓放鬆、心靈寄託

現代人雖然生活水平升高，居住在水泥叢林卻對一片綠色植物追求的渴望，藉由居家園藝活動親近植物，觀察一草一木生長的變化，欣賞植物

的姿態以及生長過程轉變的能量。

Janick (1986) 在《園藝學原理》書中提到大部分的植物具有先天的視覺刺激的特性，尤其是綠色。除了最普遍外，我們的反應不僅相當一致，而且它也是心理學上認為最安適的 (restful)。許多研究也證實綠色對人的心理效益，但我們在生活環境中體驗植物並不只是透過視覺上的刺激，除了視覺，還有聲音 (葉片摩擦、蟲鳴、鳥叫)、氣味 (花草香味、泥土的味道)、光影等感官向度綜合的結果，讓我們感受到植物的生命感 (王珍珊，1996)。

我一早起來，就來這裡種東西，鄰居沒事就來這裡聊天話家常，空間很大阿，還能擺幾張桌椅，愛坐多久就坐多久，常常坐在這裡發呆看植物。種些綠色的植物美化環境，綠色看了就舒服！ (受訪者 D)

受訪者 H 分享著：「心情不好我就來拔拔草，然後一丟！就順便把壞心情丟掉啦！」傳統認知中，認為雜草會吸收所種植栽的養分，習慣除去雜草，在這園藝行為中顯現了權力支配的關係，個體主權透過肢體動作的展現，紓壓心情。受訪者的動作投射出，拔草丟出的瞬間快感，如同心裡的煩惱也一併拔除，宣洩了個人情緒、放鬆後使內心平衡，然後獲得喜悅與滿足感。

而當一個人全神貫注投入在一件事或一個活動時，其他事對他而言都無關緊要，完全忘記外部世界，經驗過程本身就是一種歡樂感，以致於會不惜代價的全然投入，這樣的一種狀態稱為心流，這個概念是由積極心理學家 Csikszentmihalyi 提出的。個體在這種心流狀態下的特徵是：挑戰與技術的平衡、知行合一、清晰的目標、清楚的回饋、專心於手邊的事物、自我掌控感、失去自我意識、失去時間感等。Csikszentmihalyi (1997)

更近一步指出許多人的心流經驗集中在園藝、音樂欣賞、烹飪、藝術等嗜好類的活動，這是因為心流活動通常具有明確目標、清楚規則與立即性回饋的性質，使我們注意力得以集中、技能得以發揮，因而能感受到更為正向的滿足感。

幾位受訪者在感受照顧過程時與植物和生態之間的細膩互動，專注沉浸在照顧植物的事物中，感受到即使是外在酬賞也無法取代的愉悅感，忘卻時間的流動，感受當下過程的愉悅，心靈因此滿足而獲得紓壓與放鬆。

有時候想說只是看一下弄一下，想說不會很久通常就一個小時過去了…植物會黏人啦!沒事就會去看看植物的生長狀況，像呵護小孩一樣。發現忙這個時間過很快，可是心情很好。看著自己種的成果很茂盛會有一種成就感，尤其是吃自己種出來的食物，很踏實，特別珍惜。…每當心情不好的時候我就會出來這裡東看看西摸摸…這裡有瓢蟲，阿~又有毛毛蟲~抓掉，看看花阿菜阿有沒有長大阿?很多東西好有趣，可以觀察，這時候就是很放鬆，享受當下的感覺，你也不會去想到其他的事。(受訪者C)

照顧植物的時候很放鬆，不會胡思亂想，只想怎麼樣讓他更漂亮，長得更好這樣。感覺時間過得很快，常常2、3個小時就這樣過去了，怎麼又要吃飯了這樣。(受訪者I)

Lewis (1986) 認為植物會與照顧牠的人溝通，而植物的成長有助於紓解因長期生活壓力下所造成的焦慮與緊張。有些照顧者甚至將植物擬人化，把植物賦予生命當作傾吐的對象與植物對話，視植物如同家人一樣，看著牠發芽、開花、結果的過程充滿生命與活力，就像照料小孩成長般的心情，植物生病了也會擔心，想辦法幫牠解決。這之間的互動，照顧植物的過程就像是一種陪伴，因此獲得心靈上的寄託而感到充實與安適。

那一棵沙漠玫瑰是同事給我的，元老級的像首領一樣，因為已經種了兩年多了，我就跟其他棵講阿，跟她們說要好好長大喔，如果你們能長的比首領好，誰就能排到前面去啦!會跟植物說說話，鼓勵他們，我覺得他們聽的懂喔！（受訪者 F）

從小培育到大，很有成就感，很像在養一個小孩一樣，你要細心呵護他，他就會長的很好。得病蟲害了我也會很難過，會想辦法幫它處理好。我常常還會一邊跟植物講話欸，像把他們當小孩一樣照顧，希望他們好好長大。心情不好時看一看他們，整理一下，心情就舒壓多了。（受訪者 A）

颱風天狂下大雨之後又出太陽，草花就很容易死掉，不過還好價格不貴，只是說平常照顧這麼久，難免看到她們受傷也會覺得很不捨，已經是我生活中的一份子像家人一樣阿。（受訪者 K）

親近自然時藉由視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺五感的刺激，釋放生活、工作上累積的壓力，心靈上的寄託而感到充實與安適。更因為在園藝活動中精神緊張得到了充分的鬆弛，所以一般情緒性的生理疾病便會減少，身心得以舒展放鬆而獲得健康。

三、建立個人自信與成就感

人們常從植物的生長與和它們的互動中得到慰藉，甚至是從照顧植物的活動中追求自我、肯定自我的存在（王珍珊，1996）。對於喜愛園藝的人來說，因為有興趣而主動參與，透過園藝活動過程中產生好奇心、遭遇問題激發挑戰，努力後獲得改善，或是細心照料後植物長得茂盛、蔬果的長成與採收、親近自然的感受、獲得他人的讚賞，都是一種心理的滿足和成就感，既獲得自我價值也是持續園藝活動的動力。

我家附近也沒有種的比我多的，倒是有些人會來問我九重葛怎麼種能開的

這麼茂盛，也算有成就感。(受訪者 I)

人家說玫瑰很難種，可我的長的就挺好的，可能我平常有施肥有差，有時後葉子有白白的我會拔掉一些，或等開花就剪枝，要修它才會開得漂亮，有些就是種久了就有經驗了。…花照顧的還不錯啊，看起來很有精神又亮麗，反正自己佈置得高興，也得到很多稱讚，也很有成就感。(受訪者 K)

養護植栽就像在照顧一個生命的成長，在細心呵護的過程中，當植栽健康茁壯，參與者便感受到自然的生命與活力，為此付出的過程感到有成就感，除了技藝的成就，更多是見證生命力旺盛的喜悅。

四、享用自種健康食材

以前農村會在家門口種植一些簡單蔬菜或辛香料植物的習慣。福樂村部分居民保有這樣的生活型態，居民透過飲食需求連結了植物，務實的生活態度中拉近和自然之間的距離。

台灣早期農業時代，幾乎家家旁都會利用屋旁空地或圍牆邊磚頭花圃種些菜啦蔥、九層塔啦這些！像這樣，要煮出來摘一些，很方便！不僅可以勞動筋骨顧健康也能吃健康的菜阿，不灑農藥的，肥料我也是用廚餘推肥自己做的。食用的蔬菜，因為種很多吃不完，有時候就拿去分送給親朋好友和退休同事，順便連絡一下感情，那些老同事都很高興。(受訪者 G)

我有種一些些菜，地瓜葉、九層塔、蔥、韭菜這種好種好長的，颱風天連香菜都很貴，這時候就有一種賺到了的感覺，其實農夫也沒什麼賺，都是那些中盤商亂漲價，有時蔥就只需要一點點蔥花用，也不用買到一整把，出來剪一枝就夠用了。(受訪者 A)

11 位受訪者中，幾乎或多或少都有栽種一些可食植物，如香料香草植

物，不但下廚使用方便，甚至有多位受訪者也表示自己種植的蔬菜生產量多時，還能與家人、鄰居、老同事共同分享。希望透過自己種的過程，生產健康無毒無農藥的蔬果，不但吃得健康還能增進情誼。能吃到自己種的食材，令人感到非常有成就感，同時人與人的情感也透過食物的連結而變得更加緊密。

新聞時常報導食物安全上存在的隱憂與疑慮，以及颱風過境前後菜價的飆漲。民以食為天，現代人生活水平提升，吃得好之外，也要吃得巧、吃得健康。居家園藝延續著一些農村文化，除了務實方面的收穫，又能美化環境，在享用自種的健康無農藥的蔬果之餘，能看、能吃、能分享，帶來更多的生活樂趣。

五、營造居家休憩空間

佈置的空間，除了兼具美化環境和賞析之外，也可作其他的用途。有些營造出可以休憩、運動、晾衣服、觀察生態、鄰里互動等多功能的運用。受訪者 B 就表示，每逢假日，旅遊景點到處人山人海，而媽媽年老不方便出遠門，孩子又好動喜歡抓蟲觀察做實驗，他們的庭院就是假日最好的休憩地方，營造了一個家人獨享的休閒娛樂空間，也成為孩子最佳的环境教育場所。

小朋友也多了一個玩耍的地方，在這裡做他的生物小實驗、放鞭炮，不一定要外出，放假日外面玩的地方人太多了啦~又多吵雜!在家就有空間玩耍也不錯。狗也能在裡面跑來跑去，狗很大隻每次出去都拉不動，拉的手很痛，在裡面跑就還好，只是有時候會把菜踩死了。我媽年紀大了，以前種田，現在種不動了，至少也有一片綠色讓他看了舒服，不然老了也走不遠啊!這邊後門一打開就能活動活動，還蠻方便的!(受訪者 B)

植物的生長是漸進緩慢且穩定的，與現代科技生活的快速步調有很大的不同，而植物特性的氛圍營造出的空間，往往是個人放鬆的小天地。一般職業婦女周旋在工作與家庭之間，這樣的小空間讓她們得以暫時的放鬆。

這裡是我的小天地，旁邊還有準備一張躺椅，我可以在這裡看書，我還會把 CD 音響拿來播，還能聽音樂呢！夏天只要抬頭看就能看星星。旁邊也能晾衣服，還能養我的小兔兔，偶爾我也會在這做氣功，超舒服的呢。(受訪者 F)

空地那區，結合了曬衣服的架子，我還用風車去佈置，我都說我有最漂亮的曬衣場！人喔~就是要打扮得漂漂亮亮，心情也會跟著好起來，所以我種的花也都很有精神！在這裡即使是做家事（晾衣服）都開心。(受訪者 K)

六、促進人際關係交流

隨著生活環境與型態的變遷，現代人生活越來越繁忙。在人與人的相處上，不要說鄰里的關係，就連家人可能也因為忙於自身的雜務，互動關係減少，使得感情也變得比較平淡。Lewis (1986) 指出園藝活動有助於鄰里關係的建立，因為在進行園藝活動時，人們會開始主動整理環境，而不只是單純的栽種。

雖然居家園藝主要照顧者仍是主動積極參與佈置的人，但透過分享，如果有共同的興趣，在互動關係上有共通的話題，相處的關係也會變得更好。在人際關係方面，植物其實是個很好的交流管道，同時也是情感的發酵劑。可能是一個空間的營造產生的親子與師生互動情誼：「B 先生：『兒子最愛在這裡玩耍和養昆蟲實驗，撿了一堆的東西，家裡的狗就養在這，有時候會放開讓他跑一跑。我教的學生也曾經凹我說要到我家玩，然後就到庭院煮火鍋阿。除了增加家庭的互動，對於工作上的師生關係也有助益。』」

夫妻之間有共同的喜好，藉由照顧植物的過程，增加生活的互動，植物成了很棒的居家生活調劑：「F 女士：『我老公會幫我做佈置的規劃，像垂直式省水的設計就是他幫我弄的，然後我負責澆水。我沒想過柱子可以這樣綁盆栽，而且挺省水的，覺得他有時候可以補足我沒想到的部分，還蠻厲害的！』」

除此之外，園藝活動還吸引同好的目光，讓鄰里或原本陌生的居民串連起來了，甚至還會互相提醒與照顧。

有問題人家就會來問，互相請教，若有多餘的菜也可以分送，像今天就有一個小護士來拿了一些「括芒丫」（菜名台語），不過這裡的鄰居大部分自己也都有種一些，大多來聊聊天啦。（受訪者 G）

我朋友有時後騎車經過還會特別來看看玫瑰長得好不好，還會教我要怎麼剪枝他才會長的好。鄰居或附近的走過去有時候就閒聊一下，看看花聊一下種花的經驗。（受訪者 K）

鄰居的小孩常常會問我在做什麼，還有一次不認識的運動路人跑來問我種了什麼，多認識了一位同好，還約我去參觀他的庭院種的玫瑰花，分享一些採購的經驗。而我平常走路時也會去注意別家種了什麼和怎麼佈置。隔壁太太更好笑，有一次緊張的告訴我：「有人偷拔你的菜！我在樓上晾衣服的時候看到的，還怕被看到偷偷躲在旁邊看他摘，結果他還拿塑膠袋來裝喔…」，這裡鄰居都很互相啦，不過我想因為地本身就不是我的，況且菜長的茂盛豐足，他需要就分享給他吧…不要拔光讓我沒得吃就好了。（受訪者 C）

在現今忙碌的社會裡，植物成為表達關心的媒介，透過欣賞植物、關心植物、分享植物，甚至擔心植物等方式與話題，成為人與人培養感情的最佳催化劑。

七、生態環境知覺的啟發

環境的美化，從一個居家小角落延伸到街道小巷，再延伸到整個社區甚至荒地利用。這樣的滲透力或許是緩慢而間接的，然而小小的美卻著實散發出牠的感染力。藉由庭院，在日常生活的層次上，我們更能與自然互動，重新連結自我與生態系、大地之母的關係，讓我們檢視生活常識與自然環境的關係，了解生物和生態的過程，諸如：物質流動、能量循環、食物鏈與食物網、生物棲息地、捕食與掠食關係，同時透過收集雨水、堆肥生物控制害蟲的方式，學習如何降低對環境的衝擊（Bhatti 1999）。

像九重葛長的快我可以修剪，但不用太常澆水，又常常開花，澆太多水它反而就不開花了。這是以前在舊家那邊看一個鄰居學來的，想說他怎麼把九重葛修剪的光禿禿，連細枝都不留喔，只剩主枝，然後又不常澆水，我還笑他說剪那麼禿，這些九重葛好像都死了！沒想到幾個月後，花開的可茂盛了，所以我就知道要這樣種才會開的茂盛。（受訪者 I）

自己種了才會知道植物的一些特性，像那個竹子就是，你請景觀公司幫你處理，他們也不見得會跟你說阿，都要自己去碰到才知道（指根部會亂竄怕危及屋子結構這件事）。（受訪者 J）

透過細微觀察、拍照紀錄、聊天分享經驗以及接觸泥土植物、遊戲於花草之中，各種活動的過程中，自然的生態教育正持續進行著。從植栽的種植開始，可以觀察植物的生長狀態，而隨著植栽的生長，也可以觀察到環境改善帶來的小小生態圈。

兒子平常很喜歡來這裡玩，到處挖寶，上次發現幸運草的種子，說幸運草的成熟種子一按就會彈出，像子彈一樣，很好笑。他很活潑好動，去田裡抓來養的福壽螺，丟了院子裡種的地瓜葉都吃光光，還有養蚯蚓。舉凡植

物的種子，如阿勃勒的果實都變成了他的玩具。對於植物種類的名稱，認識了很多，比我記得的還要多，我老婆會教他。(受訪者 B)

沒事會到小菜園走走，常常發現一些昆蟲或花開得很美的時候，我就會拍照紀錄，寫成網誌跟朋友分享，畢竟現代人要看這些不容易，有人吃過秋葵卻不知道秋葵怎麼長的、不知道蔥會開花的…大有人在啊！豐富生態常常是我拍照的對象。上次蔥和韭菜開花，好漂亮，我就把它剪下來插在花瓶佈置窗台邊，很多人沒看過，我會 PO 上網和朋友一起欣賞。(受訪者 C)

園藝活動比一般休閒活動更為特殊的是，它還能進一步創造健康社區和都市，像是創造棲息地、提升空氣品質、阻隔噪音等實質的環境效益(Relf, 1992, 2008; Relf & Lohr, 2003)。臺北市政府工務局網站上寫道：在擁擠、嚴重污染及「熱島效應」帶來高溫的台北市，純休閒性的大安森林公園，堪稱「台北市之肺」，可以滌塵淨化空氣、降低噪音、調節氣溫。植物看似微不足道，卻是許多人判斷環境品質的指標，主要是由於植物具有調節氣候、淨化空氣的功能。同樣地，自家栽種的園藝植栽，也許數量並不龐大，還是具有調節微氣候的功能。以受訪者 J 女士為例，她表示她的庭園是露天的，地上種了些草和匍匐性植物，除了下雨天不會積水外，也減緩輻射熱的影響，加上有水池設計，除了賞析、蓄水灌溉功能之外，水的蒸發還能使空氣降溫，微調了車庫裡的溫度，讓住家環境的溫度、空氣等品質有所提昇。

居民透過種植連結了植物生態與感受到整個大自然環境的變化、植物的生長歷程、四季節氣的變化、溫度濕度的影響等細微的改變，也透過照料的过程開啟了照顧者對生態環境的知覺。

第五章 結論與研究建議

第一節 結論

透過實地觀察與 11 位受訪者的訪談中，了解到嘉義縣民雄鄉福樂村的居民相當喜愛進行居家園藝，經由訪談內容分析出一般居民投入園藝活動的動機為四大類，分別為「興趣嗜好的引發」、「生活重心轉移的寄託」、「環境美化與生態保育」、「童年回憶的滋養」。居民們是因為這些因緣的支撐而投入園藝世界。

在園藝活動佈置歷程中，受訪者們表現出高度的自發性，園藝活動的成形中發現「園藝知識和技巧的來源著重於他人經驗交流與自我嘗試」。「園藝植物不一定是消費品」，植栽來源雖從購買開始，但透過與他人贈與交流和自行扦插、分株、自家留種、野外採集、堆肥長出後移植等繁衍方式，體驗植物生命延續的過程，極少數為景觀公司規劃設計。另外，「植栽與資材的來源多元，喜好分享與手作」，購買來源因為嘉義縣市沒有如台北建國花市這般大型的植物市集，所以中小型園藝店為居民主要購買來源的首選，其次是在需求量大時或剛好週末家庭旅遊才會順道到彰化田尾購買。資材購買來源以五金大賣場為主，也善用廢棄物環保再利用。

園藝空間的佈置形式在偏好植栽的選擇考量上，有「長年生好照顧」、「視覺饗宴」、「芬芳香氣」、「健康可食性」、「實用性與植物的象徵意義」等五項。常見的植栽陳列方式有「大門對稱佈置」、「遮蔽與掩護」、「依附建築體，柔化直性線條」、「善用公共空間與荒地利用」等特色。福樂村內的許多閒置空地常被居民加以種植美化與利用，並不一定經過地主的同意，顯示居民對於公私領域分別的概念並不強烈。佈置方法著重「經濟與環保考量的手作創意」，善用廢棄物的改造與利用、永續環保的照料方式。

綜合以上研究發現，福樂村居民園藝建構歷程中，整體而言顯現出三樣特性：「多樣性」、「重視實用性與植物的象徵意義」、「善用公共空間與荒地利用」。

居家園藝活動獲得的效益，在透過與自然親近的過程中，往往獲得的遠比一開始投入園藝活動的動機目的還豐盛。依據訪談內容歸納出居民投入園藝活動所獲得的回饋分為六大類：除了「勞動筋骨，活絡思考」、「紓壓放鬆，心靈寄託」、「建立個人自信與成就感」，還能「享用自種健康食材」、「營造居家休憩空間」，甚至在細微的觀察與植物互動之下，感受到「生態環境知覺的啟發」。而這些正向能量就是讓居民對於園藝活動樂此不疲、源源不絕的動力來源。

儘管因為現代化生活的模式，讓即刻性、容易管理的園藝活動成了一種新興的趨勢，但是不可否認的，透過園藝活動這樣的媒介，人們與自然的關係，也充滿更多的可能與選擇（Bhatti and Church, 2001）。在訪談過程中與內容分析下，感受到福樂村居民生活步調不如已開發的大都市般快速，顯現台灣南部正在都市化地區居民的質樸，部份依舊保有農村時代的一些習慣，而這樣的特性也反應在居家園藝活動的行為中，如在家門口種植一些簡單蔬菜或辛香料植物等習慣。雖然想法、佈置手法相較下較為傳統與單純，但在這樣慢活的生活型態裡反而看見許多居民很願意將時間花費在與鄰里交流經驗、親自實驗累積栽種知識與發揮創意改造佈置上，而不是採即刻性、消費方式來解決問題。如此更能體會植物生長與大地的連結，不單單只是強調視覺感官的追求和價值，或許在透過園藝活動這樣的媒介，除了享受園藝活動帶來的樂趣，也能創造更有利環境的作法與思維，與自然的關係更貼近，與之共存共榮。

為了方便閱讀，將研究目的與發現整理成研究結論表，呈現如下（表 15）：

表 15 研究結論表

研究目的	研究發現	
了解一般居民自發性投入園藝活動的動機	興趣嗜好的引發。 生活重心轉移的寄託。 環境美化與生態保育。 童年回憶的滋養。	
一般居民建構歷程與營造的景觀為何？	園藝活動的成形	園藝知識和技巧的來源著重他人經驗交流與自我嘗試。
		園藝植物不一定是消費品。
	園藝空間的佈置形式	植栽與資材的來源多元，喜好分享與手作。 1. 偏好植栽的選擇考量 (1) 長年生好照顧 (2) 視覺饗宴 (3) 芬芳香氣 (4) 健康可食性 (5) 實用性與植物的象徵意義 2. 常見的植栽陳列方式 (1) 大門對稱佈置 (2) 遮蔽與掩護 (3) 依附建築體，柔化直性線條 (4) 善用公共空間與荒地利用 3. 經濟與環保考量的手作創意 (1) 廢棄物的改造與利用 (2) 永續環保的照料方式
	整體建構歷程的特性： 1. 多樣性 2. 重視實用性 3. 善用公共空間與荒地利用	
投入園藝活動所獲得的效益	勞動筋骨，活絡思考。 抒壓放鬆，心靈寄託。 建立個人自信與成就感。 享用自種健康食材。 營造居家休憩空間。 促進人際關係交流。 生態環境知覺的啟發。	

第二節 建議

隨著生活水平升高，科技生活卻讓自然離我們愈來愈遠，近幾年綠化概念逐年被提昇，綠化不再只是視覺感官的呈現與饗宴，還包含了人與自然的情感連結，不再只是利用追求自然打響口號，將自然商品化淪為消費主義下的產物。綠意因為快速開發而失去，植物、綠地成為現代人的渴望，人際關係的交流很容易因為地景改變而跟著改變，人和自然的連結也變薄弱了。而居家園藝可以簡單從一個「家」開始做改變，讓生活多一點綠與生命力，透過深入訪談了解地區性園藝活動的特性，希望能有助提升園藝活動的深度與推廣。因此對於政府單位、社區規劃，以及日後研究的建議如下：

一、政府單位

福樂村居民對於學習事物有實驗的精神，農會曾在社區活動中心舉辦酵素製作課程，幾位受訪者之後實際操作並運用在居家園藝和生活中，顯示實作推廣帶來實質的成效。政府單位除了舉辦花博或農博等大型觀摩活動，可針對地區性做小規模的環境教育推廣或實作課程，例如環境保育、綠屋頂或居家園藝等技藝課程，落實在社區中，更能引發居民實質的行動力，也更具有實際的成效。

二、社區營造

分析居民投入園藝活動的動機之後發現，因「生活重心轉移的寄託」投入園藝世界的多為退休人員，顯示園藝活動是相當受老年人喜愛的休閒活動之一，且投入之後十分熱衷。可將園藝活動融入社區發展規劃項目中，也能設計結合園藝的手作課程（例如：壓花書籤製作等），除了讓社區裡的

老年人投其所好，活絡老人空閒時間與情感交流，亦能帶動社區環境的美化。

在訪談至論文寫作期間，福樂村不斷有新建案出現，有如雨後春筍一般，人類開發的速度永遠比自然淘汰的速度快上許多，相信在大都市的狀況更為頻繁。而福樂村居民喜好使用公用空間與荒地種植的特性，若能透過規劃與帶動，利用社區的公園或善用公共空間增加「可食地景」的範圍與實踐，持續有效地推動，推廣至整個社區，讓居民善用閒置空地種植。除了能增加社區綠意，透過食物這個共通語言，不論年齡、職業和文化差異，都能以另一種不同的眼光重新看待自己所生活的空間，增加生態多樣性並貼近自然。這樣的可食地景兼具景觀、園藝療癒、文化傳承等功能，透過親手種植的經驗，可以讓居民親近自然，體認土地與水資源的可貴。福樂村裡有福樂國小，鄰近有北斗村的秀林國小，學童能隨處遇見自然，從小培育對自然的感受力，隨時觀察植物生長過程，亦對生態環境教育有良好的啟發。

三、對後續研究的建議

居家園藝是人和植物與環境產生關聯最容易親近的媒介，在訪談的過程中了解到植物對照顧者來說，並非只是一件單純被拿來美化環境的物品，其建構歷程中充滿了人與植物、環境互動累積的情感，而使植物本身和營造出的空間具有特殊意義或民俗文化的傳承，也可能投射出照顧者童年生活經驗的連結。因此藉由植物與園藝，在改善住宅品質的同時也能使人對一個地方建構出地方感，復甦人與空間和自然的親密度和融合性。

對後續研究的部份，建議可繼續擴展調查範圍，探討台灣其他如北部、中部、南部、東部、外島等地區，高度開發型都市、地方型小型都市、鄉

村地區的居民進行休閒園藝活動的實況，以瞭解是否會因為開發密度而影響居民進行園藝活動的模式。甚至地區性不同的生活模式與民俗風情之下園藝活動所呈現出的景觀或營造出的地方感有何不同，都是可延伸探討的議題。



參考文獻

一、中文部份

1. Joseph A. Maxwell 著，高熏芳、林盈助、王向葵，合譯（2001）。**質化研究設計：一種互動取向的方法**。台北市：心理。
2. Lewis, C. A. (1996) *Green nature/human nature: the meaning of plants in our lives*, 林木泉譯（2008）。**園藝治療入門**。台北：洪葉文化。
3. Marcus, C. C. (1995). *House as a Mirror of Self*, 徐詩思譯（2000）。**家屋，自我的一面鏡子**。台北：張老師文化。
4. Paul A. Bell 等著，聶筱秋、胡中凡譯（2003）。**環境心理學**。台北：桂冠出版社。
5. 王珍珊（1995）。**說園解植：從人與植物的關係看都市人的生活——以台北經驗為例**。國立台灣大學建築與城鄉研究所碩士論文。
6. 何逢徽、陳文茂、黃金山（2001）。**說咱庄頭**。嘉義：民雄文教基金會。
7. 吳芝儀、李奉儒（1995）。**質的評鑑與研究**。臺北：桂冠出版社。
8. 李美華、孔祥明、林嘉娟、王婷玉譯（1998）。**社會科學研究方法**。台北：時英出版社。
9. 邱紹傑、彭宏源、王相華（2008）。**台灣客家民族植物：應用篇**。行政院農業委員會林務局。
10. 涂宏明（2010）。**園藝活動參與者態度與行為關係之探討——以涉入為中介之效果**。國立臺灣大學園藝所碩士論文。
11. 俞玫姣（2004）。**都市園丁休閒園藝行為與休閒滿意度關係之研究**。國立台灣大學農業推廣研究所博士論文。
12. 耿一偉譯（2002）。**恰佩克的秘密花園：園丁的十二個月**（譯自：*The gardener's year*）。台北：麥田出版社。
13. 翁藝珊（2008）。**實現心中那畝田？！——以動機歷程模式探討民眾追求田園夢之動機、歷程與回饋**。中國文化大學觀光事業研究所碩士論文。
14. 袁方編（2002）。**社會研究方法**。台北：五南出版社。
15. 高雄市政府工務局養護工程處（2013）。**高雄市常見行道樹導覽手冊**。高雄：海平面文化。
16. 張俊彥、周孟慈（2004）。**園藝治療活動相關研究與發展之探討**。*造園季刊*，52，45-54。
17. 張珣（1989）。**疾病與文化**。台北：稻香出版社。
18. 畢恆達（1996）。**詮釋學與質性研究**。載於胡幼慧（主編），**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例**（27-46頁）。臺北：巨流出版社。
19. 郭生玉（1981）。**心理與教育研究法**。中和：精華書局。

20. 陳美玲 (2008)。台灣地名辭書卷八：嘉義縣 (上)。南投：國史館台灣文獻館。
21. 郭毓仁 (2005)。景觀治療與園藝療法。台北：詹氏書局。
22. 陳鵬宇 (2009)。綠活的想像與實踐：台北地區的園藝消費與居家自然。國立台灣大學地理環境資源學研究所碩士論文。
23. 曾慈慧 (2003)。景觀環境與福祉及復癒關係之研究。國立台灣大學園藝學研究所博士論文。
24. 曾慈慧、毛慧芬、凌德麟 (2004)。園藝治療在職能治療中的應用。科學農業，52 (7, 8)，198-211。
25. 曾慈慧、呂文賢、何超然、林國青 (2007)。園藝治療活動對護理之家失能長者治療效果之研究。臺灣園藝，53 (3)，345-360。
26. 游家翔 (2007)。田園耕種休閒活動影響高齡者生活之研究。元智大學資訊社會學研究所碩士論文。
27. 馮婉儀 (2006)。園藝治療知訊。2013年6月4日，取自香港園藝治療中心 http://www.hkhtcentre.com/HT_Essay_Index.html
28. 黃耀陞 (2009)。以生命回顧法融入園藝活動課程對高齡者休閒效益體驗影響之研究。國立臺灣師範大學碩士論文。
29. 楊翎 (2002)。台灣民俗醫療-漢人信仰篇。台中：自然科學博物館。
30. 劉富文 (1999)。人與植物的關係。科學農業，47 (1)，2-10。
31. 歐用生 (1995)。質的研究。台北：師大書苑。
32. 蔡淑美 (2009)。台灣鄉村景觀類型與意象之研究。中興大學園藝系所博士論文。
33. 蕭淑文 (2011)。農村社區景觀喜好與地方依附關連性之研究。成功大學建築學系碩士論文。
34. 賴美杏 (1993)。台北地區花卉運銷之市場地理學研究。國立台灣師範大學地理研究所碩士論文。
35. 鍾孟玲 (2010)。動機、基本心理需求滿足與幸福感之關係—以 Deci and Ryan 自我決定理論為基礎。2010年國際體育運動與健康休閒發展趨勢研討會專刊，647-653。

二、英文部份

1. Bhatti, M. and Church, A. (2001). Cultivating natures: Homes and gardens in late modernity, *Sociology*, 35 (2) : 37 - 51.
2. Bhatti, M. (1999). The meaning of gardens in an age of risk, in Chapman, T. and Hocky, J. (eds.) *Ideal Homes? Social Change and Domestic Life*. London: Routledge.
3. Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement*

- with everyday life*. New York: Harper Collins.
4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press Publishing Co.
 5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
 6. Francis, M. and Hestor, R. T. (eds.) (1990). *The Meaning of Gardens*. Cambridge, Mass: MIT Press.
 7. Goldberg, V. P., & Erickson, J. R. (1987). Quantity and price adjustment in long-term contracts: A case study of petroleum coke. *Journal of Law & Economics*, 30 (2), 369-398.
 8. Hitchings, R. (2003). People, plants and performance: on actor network theory and the material pleasures of the private garden, *Social and Cultural Geography*, 4: 99 - 112.
 9. Janick, J. (1986). *Horticultural Science*, 2nd ed., Purdue University Press.
 10. Lewis, C. A. (1986). People and Plants: Blessings and Curses. *American Horticulturist*, Vol. 65, No. 6. pp. 16-21.
 11. Losier, G. f., Bourque, P. E., & Vallerand, R. J. (1992). A motivational model of leisure participation in the elderly. *The journal of psychology*, 127 (2), 153-170.
 12. Matsuo, E. (1992). What we learn through horticultural activity. In D. Relf (Ed.), *The role of horticulture in human well-being and social development: A national symposium*. (pp. 146-148). New York: Portland, Oregon: Timber press.
 13. Petri, H. L. (1991). *Motivation: theory, research, and applications*. Belmont, Calif.: Wadsworth Pub. Co.,.
 14. Power, E. R. (2005). Human-Nature Relations in Suburban Gardens, *Australian Geographer*, 36 (2) : 39-53.
 15. Relf, P. D. (1992). Human issues in horticulture. *HortTechnology*, 2 (2), 159-171.
 16. Relf, P. D. (1998). People-plant relationship. In S. P. Simson & M. C. Straus (Eds.), *Horticulture as therapy: principles and practice*. New York: Food Products Press.
 17. Relf, P. D., & Lohr, V. I. (2003). Human issues in horticulture, *HortScience*, 38, 984-993).
 18. Rojek C. (1995). *Decentering Leisure: Rethinking Leisure Theory*. London: Sage.
 19. Sarno, M. T. & Chambers, N. (1997). A horticultural therapy program for

- individuals with acquired aphasia. *Activities, Adaptation & Aging*, 22, 81-91.
20. Washington, B. T. (2005). Introduction. In J. E. Preece, & P. E. Read (Eds.), *The biology of horticulture: An introductory textbook*, (pp. 3-8). Hoboken, NJ: J. Wiley.

三、網路資料

1. **人口統計**。民 103 年 10 月 12 日，取自民雄鄉戶政事務所網頁：
<http://minsyong-hro.cyhg.gov.tw/population/index.asp?Parser=99,6,37>
2. **公園之美**。民 103 年 11 月 17 日，取自臺北市政府工務局公園路燈工程管理處青年公園管理所網頁：
<http://pkl.taipei.gov.tw/ct.asp?xItem=136557&CtNode=8968&mp=106011>
3. **各村介紹**。民 103 年 10 月 12 日，取自民雄鄉公所全球資訊網：
<http://www.msch.gov.tw/01job/03map.asp>
4. **利用空地種植食物 美麗景觀沿路可吃**。民 103 年 12 月 3 日，取自 green inside 網頁：
<http://www.greeninside.com.tw/?p=2771>
5. **宜蘭推綠色家園 「有機會成東南亞低碳城市典範」**。民 103 年 10 月 7 日，取自上下游 News & Market 網頁：
<http://www.newsmarket.com.tw/blog/37919/>
6. **帕姆·沃爾赫斯特：可以吃的風景**。民 103 年 12 月 3 日，取自 TED 網頁：
http://www.ted.com/talks/pam_warhurst_how_we_can_eat_our_landscapes?language=zh-tw
7. **茉草**。民 103 年 11 月 15 日，取自 plantbakeryu 網頁：
<https://sites.google.com/site/plantbakeryu/mo-cao>
8. **耕耘心中一畝夢田**。民 103 年 6 月 2 日，取自行政院農業委員會網頁：
<http://www.coa.gov.tw/nam/suggest.php?issue=12333&id=12335>

附錄一 訪談綱要

編號：_____ 受訪者：_____

時間：_____ 地點：_____

一、受訪者基本資料（主要園藝參予者）

1. 性別：男 女
2. 年齡：20歲以下 20~30歲 30~40歲 40~50歲 50~60歲 60歲以上
3. 教育程度：小學以下 中學 高中/高職/專科 大學 碩士 博士
4. 職業：_____
5. 家庭形態：_____
6. 植栽位置：大門口前 一樓車庫 圍牆邊 旁邊空地（自有 租賃）
其他_____
7. 植栽面積：_____坪
8. 植栽種類：木本 草花 蔬果 香草 觀葉 蘭花 其他

9. 植栽方式：盆栽 土植 吊盆 水植 其他_____
10. 對於栽種的植物名稱的認識：全部 大部份 一半 少數 完全不知道

二、訪談大綱：

（一）動機

1. 何時開始種植與佈置？
2. 栽種植物的原因（圍籬分界、他人贈予、美化環境、興趣、健康、節能減碳…）？
3. 是否與童年經驗、生活記憶有關？
4. 是否受媒體、報章雜誌影響？

（二）歷程

1. 投入多久時間了？每日花多少時間照顧植物？何時進行？
2. 偏好哪些種類植物（木本、草花、香草、蔬果…）？
3. 植栽種植知識技巧來源（童年經驗、鄰里交流、報章雜誌、網路、社區大學課程…）？
4. 植物來源（野外採集、他人贈予、購買、同好交流…）？
5. 最常到哪裡購買植物與資材？
6. 佈置形式的選擇（任其自由生長、參考報章雜誌案例或鄰里庭院…）？是否會隨時更換？

7. 佈置參與人員（商業工程涉入、家人、鄰里……）？平日主要照料者？
8. 是否應用永續設計等環保方法（土、水收集、肥料製作、廢棄物利用……）？
9. 出國或長時間不在家，植物如何照應？
10. 植物的其他用途（做菜、藥草、插花、照相、民間信仰……）？
11. 佈置範圍是否結合其他功能性使用（曬衣、休憩、生態教學……）？
12. 種植失敗或成功的經驗？

（三）效益

1. 覺得園藝活動過程帶來什麼回饋？
2. 家人的觀感和意見？使用及參與度？
3. 鄰居的互動關係？是否因此認識同好、互相參觀別人家的庭院？



附錄二 研究訪談邀請函

您好：

這是一個為了學術研究的訪談，旨在了解嘉義縣民雄鄉福樂村居家園藝活動行為的研究，您所提供的內容將有助於了解福樂村的居民進行園藝活動的實況，訪談內容包含您從事居家園藝的動機、建構園藝空間的歷程與園藝活動所帶來的效益三大面向。

本研究訪談純為學術研究參考之用，訪談對象個人資料如姓名，在研究中僅以代號呈現，嚴守個人身份保密原則，有了您的惠賜卓見，將使研究臻於詳實，再次誠摯的感謝您對於本研究的協助！

敬祝 健康如意

南華大學建築景觀環境藝術研究所
研究生：李佩儒 敬上

附錄三 訪談同意書

首先，非常謝謝您願意閱讀此同意書，在您決定是否願意分享您的寶貴經驗之前，請撥冗閱讀以下的內容；同時，在正式訪談之前，你可以隨時詢問有關本研究訪談的任何問題。

研究者是南華大學建築景觀環境藝術研究所的學生，本研究透過訪談來了解福樂村居民對於居家園藝活動的實況，訪談內容包含您從事居家園藝的動機、建構園藝空間的歷程與園藝活動所帶來的效益三大面向。

本研究需與您進行訪談，每次的進行時間約 40-90 分鐘，訪談過程需全程錄音，但若你感覺有不愉快、尷尬或觸及您個人內心不願觸及的事件時，您隨時可以要求中斷和要求停止錄音。訪談地點方便您說明佈置的過程，將選在您平時最常進行園藝活動的一樓空間。

對於您提供的珍貴訪談資料，研究者向您保證絕對不公開，僅供研究者分析討論，將來論文完成或發表時，您見到的所有資料都是以代號表示，誠摯的感謝您對本研究的貢獻。訪談中諸多叨擾，佔用您的寶貴時間使您不便，研究者深感歉意，但由於您珍貴慷慨的經驗分享，將會造福許多對此領域有興趣的人士，研究者在此致上深深的謝意。

與您訪談時間為： _____ 月 _____ 日，時間： _____

立同意書人（受訪者）簽名： _____

中華民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

南華大學建築景觀環境藝術研究所研究生
李佩儒敬上

聯絡電話：