

doi:10.11835/j.issn.1674-4764.2015.S1.043

康复景观实践营造与启示

邹雨岑

(重庆远华房地产开发责任有限公司 咨询策划分部,重庆 400030)

摘要:研究表明,园林中植物的色彩、芳香以及在植物所营造的空间中开展园艺活动对于非医疗性的康复治疗起到了明显的积极作用。因而,用以实践园艺疗法的康复景观场所逐渐成为现代园林景观设计的热点,国内外均进行了多项研究和尝试。对国内外不同类型康复景观案例的对比、分析和总结,并得出启示。对如何通过植物景观的营造达到理想的康复效果进行探讨,以期尚处发展阶段的国内康复花园实践产生借鉴意义。

关键词:园艺疗法;场所;实践;案例研究;植物景观

中图分类号:TU986 **文献标志码:**A **文章编号:**1674-4764(2015)S1-0229-04

Practice cases and revelation of healing garden

Zou Yucen

(The Advisory Planning Division, Yuanhua Real Estate Development LLC of Chongqing, Chongqing 400030, P R China)

Abstract: It has been demonstrated that the plant's color, smell in gardens as well as horticultural activities in the space created by plants play a significant positive role in the non-medical rehabilitation. Therefore, the healing garden designed for horticultural therapy has become the hot spot of modern landscape design. A number of studies have been carried out in this aspect both in China and abroad. This paper will compare different types of domestic and foreign cases of healing landscape. Corresponding analysis, summary, and revelations are obtained. Investigations on how to achieve the ideal effect of rehabilitation through the construction of plant landscape will also be carried out. These results can be used as references for the domestic healing garden practice, which is still in the developing stage.

Key words: horticultural therapy; site; practice; case study; plant landscape

现代生活的高节奏、高效率使得人们的身心同时处于压迫和紧张的状态下,容易导致生理、心理的失衡,而快速发展的现代医学在一些慢性病和心理康复上却收效甚微。研究发现,园艺疗法在帮助亚健康及弱势群体恢复身心健康,达到人自身的身心生态平衡方面行之有效。因而开展园艺疗法成为大势所趋,作为园艺疗法实践场所的康复景观亦受到越来越多的关注。康复景观的理论和实践在国外出现较早,发达国家在园艺疗法和康复医疗等方面不

仅理论已经趋于成熟,而且推广实践方面也已经积累了相当丰富的经验。中国在康复景观设计方面还处于起步阶段,理论与实践尚未有机结合,特别是如何通过植物造景来营造出理想的康复环境方面还有诸多不足。因此,分析和对比国内外园艺疗法实践研究场所案例,如何利用植物进行景观营造为具体出发点,对于中国康复景观环境的建设和改善有重要意义。

收稿日期:2015-11-10

基金项目:重庆大学科研项目“设计规划类科研”(0217002604226)

作者简介:邹雪岑(1987-)女,硕士,助理工程师,主要从事康复景观研究,(E-mail)319398668@qq.com。

1 康复景观实践的基本类型

遵循形式服从功能的原则,本文以康复景观的功能为依据,将其分为康复治疗型、健康保健型、科普研究型 3 种。康复治疗型景观场所以治愈某种疾病为核心目标,主要适用于思维障碍、肢体障碍和慢性疾病的辅助治疗^[1]。健康保健型康复景观面向健康或亚健康人群,没有明确治疗某种病症的目的,以缓解人们紧张的心情、增强社会交流、强化身体素质为核心目标,属于恢复性景观场所的范畴^[2]。科普研究型康复景观的主要功能有自然体验和科学研究^[3];自然体验主要分为感觉体验和活动体验^[4];科学研究除了收集各类具有治疗功效的奇异植物,开展引种、栽培等活动外,还利用康复景观的空间,以植物景观为依托进行各种行为治疗的实验^[5]。

2 国内外康复景观的实践

2.1 国外康复治疗型景观的实践案例

荣获 2006 年 ASLA 景观设计金奖伊丽莎白及诺娜·埃文斯康复花园位于美国俄亥俄州的植物园内^[6],占地约 1 200 m²,设计重点是“对特殊人群的关怀”。该康复花园由沉思区(适合游人安静休息)、演示探索区(供单个游客探索或大批游客学习)和园艺疗法区构成,这 3 个特色鲜明的区域使人们能在不同的区域开展不同内容的活动。具体来说,一面爬满藤蔓植物的石墙从简单、雅致的沉思区穿过,从而将区域入口、座椅区和整体景色自然地融合在了一起。而高高石墙围合着的学习探索区则是园艺临床医学家的“战场”,这些石墙不是一般意义上的硬件设施,它们能够锻炼人们的触觉、嗅觉和听觉功能,具有特殊的医疗功能;组成石墙的石块则是由设计人员从产自当地的石块中精挑细选的,颇富趣味性的植物和水景布置在石墙上,人们在这里会被高低错落的植物所吸引,通过闻、触摸等方式来感受园林带来的乐趣。相比之下,光线充足、宽敞开阔、色彩绚丽的园艺疗法区则旨在突出人类的感官刺激效应,这里的植物都是被仔细挑选的,设计细节也十分讲究,十多种花期不同的罗勒属植物布置在不同高度的空间上,一方面丰富了植物景观的元素,另一方面步行的游人和轮椅使用者拥有相同机会去感受花香,从而做到了让行动困难的人也能够“使用”园林。

2.2 国外健康保健型景观的实践案例

位于瑞典农业科学院 Alnarp 校园内的益康花

园建设于 2002 年,占地面积大约 2 公顷,其建设目的是为了研究康复花园的两类园艺治疗方式,即观赏(静态)与活动(动态),对使用者的有效性^[7]。该花园由自然区域、传统种植区和活动场地 3 部分构成。在自然区域中,奇异花卉与众多的乔木、灌木琳琅满目,相应的园艺治疗方法为静态的观赏,即使用者的感官体验在这种奇花异草的自然环境中得到了愉悦。在传统种植区中,不仅有各类植物,同时也有各类设备设施以供开展园艺活动,在这里相应的园艺治疗方法则为静态的观赏与动态的活动相结合:一方面,使用者的感官体验在观赏植物色彩、气味、质感的特性中得到了增强;另一方面,使用者在诸如修剪、浇水、除草等各种必要的园艺活动中增强了其肢体活动的能力。在活动区中,各类活动器械便于使用者进行互动交流以及从事各类体育活动。该益康花园虽然占地面积不大,但它着重于研究各种园艺治疗方式对使用者的实际效用,体现了园艺治疗的主要方式,并且兼具理论研究和实践运用的双重色彩。

2.3 国外科普研究型景观的实践案例

建成于 2010 年的新加坡植物园康复花园占地 2.5 公顷,它围绕疾病与治疗的关系这一主题展示了超过 500 种的东南亚地区植物。在该园中,医疗技术创新的理念得到了充分的诠释,游客欣赏植物的路线被设计成了一个人形,相应的路标一律为人体的各个部位,譬如耳鼻喉头颈部区、呼吸和循环系统区、消化系统区、肌肉、骨骼、皮肤和神经系统区、生殖系统区以及有毒植物区等,相应地,每个区域所种植的药性植物都具有针对人体该部位或系统的医疗功效^[8]。这种植物布局方式不仅能对游客进行医学知识普及,同时也具有很强的趣味性。该康复花园以植物与相关疾病治疗为主题,娱乐于科普,通过创造性的景观营造,充分展示了亚洲各种药用植物文化,并能在人们的康复保健方面提供有益帮助。

2.4 康复景观实践的中国模式

随着经济社会的快速发展,群众对康复花园和健康型园林的数量需求和质量要求越来越高涨,这使得我国康复花园发展进入了快速发展时期。当前,我国在综合医院、疗养院、城市公共绿地等方面进行了诸多尝试,积极探索康复花园的中国模式。

2.4.1 疾病治疗型康复景观的实践案例 旨在为疾病治疗提供帮助的中国人民解放军杭州海军疗养院就是国内疾病治疗型康复景观实践的一个典型案

例。在这里,活动与休息场地存在于各个区域之中,而大庭院套小花园的模式一方面有利于疗养和安全防卫,另一方面又能促进人们的社会交际。该疗养院从凤凰山上延伸而下铺设了一条养生路,并设有上下坡等不同地形的路段,尤其适合车祸创伤后遗症、中风后遗症等病人来此做各种康复锻炼。路上配置了音乐系统,疗养者通过聆听舒缓的音乐来缓解压力和痛苦,提高康复信心。安装在养生路花丛中的扩音设备可以将涓涓流水、微风入竹林的等自然之音直接传入病房,为疗养者提供了与大自然亲密接触的另一种方式。遍布于疗养院内的各类标识覆盖广,辨识度高,这是因为设计师深知环境的识别性是疗养者在心理上感到安全和安定的最基本的条件,它有助于人们形成清晰的记忆,提升疗养者的定位、找路和交往能力,特别对于高龄疗养者来说,这种清晰的标识设计能直接帮助他们辨别方位。

2.4.2 健康保健型康复景观实践案例 作为中国为数不多的专业康复中心,北京英智康复医院的花园基于益康理念进行建造,主要满足医院人群的保健需求。该花园的入口位置十分醒目,入口外西侧种植了竹丛,并配有散步小路,可供行人在其中穿行。东侧建筑处设有花池,其凹处配有长椅供人休息,低矮的草本花卉遍布于行人四周伸手可及的位置。这里的植物与座椅互相巧妙配合,极大地方便了人们亲近植物。在花园中央设有遮阴植物的爬藤廊架。尽管占地面积并不大,但该园区充满了竹林、花卉、草本以及常绿、落叶乔木,种类丰富,层次分明,色彩对比鲜明。另外,该花园以显著标志将其分为吸烟区和非吸烟区,照明设施也相对完善。美中不足的是,医院户外环境中缺乏专门的器械锻炼设施和康复健身区域,仅有的线型健身步道也只具有散步的基本作用,没有设计像具有扶手的步道、难度不同的步道等专门针对身体复健的道路,因为散步和利用户外环境中的小空间自行活动身体是疗养者在户外健身的主要方式。因此,英智康复医院户外环境中的健身空间严重不足。

2.4.3 自然体验型科普研究康复景观的实践案例

这方面最具代表性的就是地处城市热岛效应最严重区域的上海延中绿地。该绿地将高密度多品种的植物材料和若干水面进行有机组合,形成了多样化的自然地地貌景观,从而充分调动和刺激人们的五感,产生健康效益。种类丰富的植物景观配置于该绿地的始绿园中,而一组以银海枣和加拿利海枣组成的

南方植物景观配置在百慕大草坪上,其中的样树、合欢和银杏等乔木林荫下设置了休息区,一方面满足了人们观赏的需求,另一方面又可以为人们的休息和日常活动提供场所。药草园位于春之园卢湾段西端,它是一座以全开放形式向市民进行草药科普的园林,原有的香樟大树林和人工仿自然小溪通过设计者的巧妙构思共同营造出一个适合草药生长的小环境,里面种植有一些常见的药草品种,并于一旁配设植物名牌,对其观赏价值、药用价值、生态习性等给予简明扼要的说明,于潜移默化当中丰富了游客的健康知识。设计师把园子划分为五个区域,不同区域的体验与感受大不相同,对应于人对环境的五种基本感知方式(视觉、听觉、嗅觉、触觉和味觉),通过感官刺激的强化来促进市民的身心健康,通过一系列的空间设计组合,对“以人为本,人与自然和谐共存”的主题进行深入的尝试和体验,给人以轻松、情趣、惊奇、感悟等不同感受。

3 启示与展望

1)以植物造景为核心,构建可持续康复景观。植物景观是康复景观的核心,康复景观要遵循可持续发展道路,则必须建立在良好的植物景观基础上,也就是说要将植物景观的营造作为康复景观设计的关键与核心。如上海延中绿地中的感觉园,设计者在嗅觉园中用丰富的植物,按照春、夏、秋、冬排列组合,互相渗透,各个季节不同的香味植物给人不同的嗅觉感受。触觉园中通过触摸植物的枝、叶质地(草质、纸质、革质、蜡质等)和形状(锯齿状、尖刺状等)而使人产生不同的触觉感受。视觉园中采用了大量的乔木、灌木、地被,以营造植物群落的多元视觉体验等。

2)以植物规模为核心,增强康复保健疗效。植物景观的保健功能应注重规模效应。在国内康复景观的案例中不难发现,康复景观中设置的各种保健树木,对病人的康复具有积极作用,同时也确实起到了有力的帮助,但是,设计者发现这些帮助是及其有限的,甚至与药物治疗相比是微乎其微,问题的关键是缺乏植物景观健康保健的规模效应和集聚效应,应将不同的植物空间串联起来,精心设计不同的植物空间,以形成植物群落形态与植物空间的差异化,增强体验者对植物空间的感受。

3)以植物空间为基础,构建植物保健与行为保健相结合的康复空间。在传统疗养院中,植物景观

的作用仍是视觉美化或生态改善,应以康复保健为核心,开展植物景观改造设计,将植物的观赏功能、保健功能结合起来,形成具有保健功效的植物景观体系。同时,在康复景观中,我们要非常关注以植物为核心的园艺活动的开展,通过植物的种植、栽培、修剪等活动,增强行为活动对康复保健的疗效。国外的康复花园在如何充分调动使用者参与到丰富多样的园艺活动这方面开展研究早,实验成果多,实施手段丰富而且疗效明显,值得借鉴。

康复景观是现代景观设计的研究前沿,受到国内外学者的广泛关注。然而,康复景观的研究很大层面上还处于理论探索或定性研究阶段,主要表现在:康复治疗中植物芳香、色彩、质感等感知体验对疾病或康复的效果尚未得到量化证明;健康保健园中空间变换与体验的机制处于单个空间的研究,即以单个开敞空间、半开敞空间、封闭空间等为主,而缺乏多个空间连续变化所产生的空间体验对健康保健效果的影响分析;科普文化园中以展示和说明为主,缺乏体验性活动和互动空间的规划设计。中国康复花园的设计实践尚处于起步阶段。关于复合型

康复景观的设计实践是进一步研究的方向。

参考文献:

- [1] 黄盛璘. 走进园艺治疗的世界[M]. 台北: 心灵工坊, 2007.
- [2] 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(4): 31-36.
- [3] 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): 17-19.
- [4] 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): 32-34.
- [5] 陈艺芬. 论植物园在生物教学中的运用[J]. 柳州师专学报, 2009, 24(6): 136-137.
- [6] 大卫·坎普, 王玲. 每个人的花园: 伊丽莎白和诺娜·埃文斯康复花园[J]. 城市环境设计, 2007(6): 36-41.
- [7] 侯伟. 益康花园设计理论与实践研究[D]. 北京: 北京林业大学, 2010.
- [8] 乔昕, 张德顺. 药用植物在康复花园景观规划设计中的应用——以新加坡植物园康复花园为例[J]. 沈阳农业大学学报: 社会科学版, 2012, 14(2): 222-226.

(编辑 郭 飞)