

擁抱荒野，療癒星兒

——特殊自然體驗側記

文／林娟圩〈樂法藝術媒體應用協會、自閉症權益促進會 前秘書長〉
圖／楊松育、廖欣娥〈台北分會 特導員，自然名：極憩、白千層〉

對於星兒（自閉症孩子）而言，大腦結構的差異導致感官的過載或遲鈍，成為生活與學習上的隱形高牆。家長們期盼透過荒野保護協會的帶領下感受大自然的五感調和，幫助星兒神經系統舒暢，進而展現他們獨有的潛能。

以花草會友，開啟感官雷達

很幸運地，在一個冬日暖陽的早晨，活動的序幕在「相見歡」中拉開。荒野特殊教育小組的老師別出心裁地準備了各式各樣的花草書籤，讓星兒與家長們人手一張，在人群中尋找持有相同植物圖卡的夥伴。透過大自然這個共同的焦點，讓不擅社交的星兒們，與荒野的志工老師一起討論「這植物叫什麼名字？樣貌？花期是？」，很快建立了溫暖的連結。

濕地漫步，探索生態奧秘

隨後，隊伍分兩組散開，沿著濕地輕鬆漫步。在志工老師引導下，星兒家庭學到了寶貴的知識：原來，濕地就像大地的空調，能蓄水、能調節溫度、能提供水中生物成長；而看似雜亂的水邊枯枝，竟是鳥類重要的棲息與躲藏之處。

種子觸覺戰、竹杯品茗

當老師端出一盤匯集了9種不同型態的植物種子時，現場發出了一陣驚嘆聲！這些平日深埋土裡的幕後英雄，大大小小、各具特色，此刻吸引了星兒的目光。大家先用眼睛觀察形狀，再用手感受形體，接著來個刺激的「觸覺大考驗」。

孩子們必須將手伸入無法透視的布袋中，僅憑觸覺找出剛剛「結交」的種子好朋友。在這場遊戲中，許多家長驚喜地發現，孩子們的觸覺敏



▲ 打開味覺，飲一杯氣味清香的花草茶

銳度超乎想像，竟然能精準地辨識出細微的差異；當然，也有孩子聰明地選擇了特徵明顯的種子，順利過關。無論策略如何，這場與種子的肌膚之親，都讓大家聚精會神、驚嘆連連。

經過一番腦力與體力的激盪，老師貼心地端出了氣味清香的香草茶。令人感動的是，現場完全看不到一次性紙杯，取而代之的是質樸的竹筒杯。「荒野」對環境的溫柔與堅持，讓香草茶喝起來別有一番滋味。

繪出年節祝福

隨著農曆年節的氣氛，活動轉入靜態的藝術創作。老師準備了紅包袋與吉祥話模板，讓孩子們用壓克力筆彩繪祝福。隨著，孩子們可以挑選老師預先處理好的「葉脈」，將這些剔透的自然紋理黏貼在紅包袋上。家長們看著孩子專注描繪的神情，心中滿是欣慰。而過程中在生態問答中表現優異的星兒，更獲得了老師手繪的蘇木種子小鳥圖，那份精緻與環保兼具的禮物，讓在場所有人羨慕不已。



▲ 以植物紋理設計年節祝福

搶救濕地大作戰，寓教於樂的高潮

活動的壓軸，是緊張刺激的「搶救濕地大作戰」。老師分配給兩組成員一樣多的地墊，這些地墊象徵著我們珍貴的濕地棲地。遊戲規則很簡單：透過抽取圖卡，決定濕地的命運。

抽到「破壞卡」時，如「使用免洗餐具」、「隨手亂丟垃圾」或「浪費水電」，小組就得繳回幾塊地墊，象徵棲地縮小，大家的立足之地變得岌岌可危。

反之，如果抽到正向行為卡，像是：在**自備環保餐具與水壺、不隨意遺留垃圾、尊重濕地的生物**…地墊就能增加，生存空間隨之擴大。活動的精髓在於讓孩子學習如何守護家園。

在歡呼與尖叫聲中，地墊忽大忽小，大人小孩都全情投入。即便是口語較少的星兒，在抽到正向卡片、聽到大人念出正向行為、領地擴大時，臉上也展露了燦爛的笑容。那一刻我們知道，守護環境的種子，有悄悄種入星兒的心中。



▲ 搶救濕地大作戰，人類的行為將決定濕地的命運



安息在大地懷抱中，期待再相逢

激情過後，是回歸平靜的時刻。所有人在「荒野」志工老師引導下躺在草地上，進行最後的「大休息」。暫停大腦的運轉，只留下感官的敞開。讓背部感受大地的承托，讓耳朵聆聽環境中的交響，讓眼睛收納藍天與花草樹木的精彩。

這半天的活動，不僅緊湊精彩，更重要的是「零廢棄、無負擔」。家長們回饋，看到孩子在大自然中展現出的適應力與觀察力，是此行最大的禮物。

還記得那位種子朋友嗎？還記得葉脈的觸感嗎？下次還想來嗎？那還用說嗎？！

感謝華邦電子的支持及荒野保護協會特殊教育小組的精心規劃，讓樂法的星兒及家人們，在永春陂的濕地裡，遇見了最美好的自然與自己。💕

邀請你成為他 / 她的天使

台北分會 第十一期 【特殊自然體驗導引員培訓】
課程日期：2026年7月4日(六)至8月30日(日)
週五晚上或週六 / 週日



搶先了解點這裡～