



Gartentherapie

Christa Berting-Hüneke, Sandra Jung,
Gabriele Kellner, Konrad Neuberger,
Fritz Neuhauser, Andreas Niepel,
Maria Putz, Winfried Schmidt, Stefan Scholz,
Andrea Sieber, Gerhard Strohmeier, Anke Weiß

3.
ergänzte
Auflage



Christa Berting-Hüneke, Sandra Jung, Gabriele Kellner, Konrad Neuberger,
Fritz Neuhauser, Andreas Niepel, Maria Putz, Winfried Schmidt, Stefan Scholz,
Andrea Sieber, Gerhard Strohmeier, Anke Weiß

Gartentherapie

Neue Reihe Ergotherapie

Herausgeber:

Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.

Reihe 9: Fachbereich Allgemeine Themen

Band 5



Christa Berting-Hüneke, Sandra Jung, Gabriele Kellner,
Konrad Neuberger, Fritz Neuhauser, Andreas Niepel, Maria Putz,
Winfried Schmidt, Stefan Scholz, Andrea Sieber,
Gerhard Strohmeier, Anke Weiß

Gartentherapie



**Schulz-
Kirchner
Verlag**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: www.schulz-kirchner.de

3., ergänzte Auflage 2016

2., erweiterte Auflage 2010

1. Auflage 2007

ISBN 978-3-8248-0528-0

e-ISBN 978-3-8248-0767-3

Alle Rechte vorbehalten

© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, Idstein 2016

Mollweg 2, D-65510 Idstein,

Vertretungsberechtigte Geschäftsführer:

Dr. Ullrich Schulz-Kirchner, Nicole Haberkamm

Fachlektorat: Beate Kubny-Lüke

Lektorat: Petra Schmidtman

Titelfotos: Archiv Schulz-Kirchner Verlag

Umschlagentwurf und Layout: Petra Jeck

Druck und Bindung: Medienhaus Plum, Rolandsecker Weg 33,

53619 Rheinbreitbach

Printed in Germany

Die Informationen in diesem Buch sind von den VerfasserInnen und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der VerfasserInnen bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes (§ 53 UrhG) ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar (§ 106 ff UrhG). Das gilt insbesondere für die Verbreitung, Vervielfältigungen, Übersetzungen, Verwendung von Abbildungen und Tabellen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung oder Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Eine Nutzung über den privaten Gebrauch hinaus ist grundsätzlich kostenpflichtig. Anfrage über: info@schulz-kirchner.de



Vorwort 11

Vorwort zur zweiten Auflage 15

Geleitworte 17

1 Mensch und Garten 21

Andreas Niepel:

Sind Gärten heilsam? 21

Der Garten als Kulturgut 21

Der Garten als Naturvermittler 23

2 Garten und Therapie 26

Andreas Niepel:

Eine vielschichtige Verbindung 26

Raum und Medium 27

Arbeit, Beschäftigung und Alltag 28

Geistige und psychische Gesundheit 30

Andreas Niepel, Fritz Neuhauser:

Die Rolle der Gartentherapie 32

Der Garten als Bestandteil eines gesamttherapeutischen
Konzeptes 33

Die Gartenarbeit als verbindende Klammer
eines Behandlungskonzeptes 36

Konrad Neuberger, Maria Putz:

Zu den Wurzeln der Gartentherapie im internationalen Kontext –
ausgewählte Daten 39

Einige Beispiele zu Forschungsschwerpunkten in Europa 45

Andreas Niepel:

Die Notwendigkeit einer Organisation: Die Internationale Gesellschaft Gartentherapie (IGGT)50
Qualitätssicherung und Registrierung.51
Das gartentherapeutische Konzept51
Menschenbild und Therapieverständnis.52

3 Therapie im Garten 53

Fritz Neuhauser:

Gärten und Therapie in der Geriatrie.53
Das Geriatriezentrum Am Wienerwald als Beispiel für die städtische Altersversorgung im Rückblick53
Die Betreuungssituation und aktuelle Herausforderungen im Pflegebereich55
Hilfreiche Gärten59
Pflegeeinrichtungen bieten Perspektiven63
Tiertherapie, Kinder und Gartentherapie65
Der Garten als Intervention und Friedensstifter71
Alles in allem72

Maria Putz:

Natur und Garten als ergotherapeutisches Medium75
Eine gewachsene Beziehung75
Sich verwurzeln.76
Die Gartengruppe im Seniorenwohnheim77
Der Therapiegarten79
Der Garten lebt: Reaktionen!80
Die gärtnerisch-ästhetische Planung81
Wechselwirkungen81
Die gärtnerische Tätigkeit als Therapiemittel: Schwerpunkte und Ziele82
Eine Gruppeneinheit im offenen Demenzbereich84
Einzeltherapiesituationen.85
Tätigkeiten, die „drinnen“ erfolgen können86
Die Dokumentation87
Der Garten als Lebensraum.88

Konrad Neuberger:

Gartentherapie und Arbeitstherapie	92
Einleitung	92
Von der Arbeitstherapie zur Gartentherapie	93
Neue Phase der Arbeitstherapie am Beispiel Langenfeld	97
Aufgaben der Arbeitstherapie	102
Wodurch ergänzt die Gartentherapie die Arbeitstherapie?	110

Gerhard Strohmeier:

Soziale Kompetenzen durch das Gärtnern	118
Gärtnern als Erweiterung von Wahrnehmungskompetenz	120
Gärtnern als Aufbau von Kompetenz zu Beziehung, Bindung und Verantwortung	123
Der Garten als ein Ort der Kommunikation, des (Mit-)Teilens, (Aus-)Tauschens und Feiern	124
Emotionen im Garten: Wohlbefinden, Freude und Trauer	125
Ethische Kompetenz durch den Garten: Handeln für Nachhaltigkeit und Diversität.	127

Stefan Scholz, Andrea Sieber:

Mit Pflanzen wachsen – Arbeit im grünen Bereich mit Menschen mit mentalen Beeinträchtigungen	129
---	-----

Anke Weiß, Sandra Jung:

Gartentherapie in der Heilpädagogik mit Kindern	137
Garten und Pädagogik	137
Definition Heilpädagogik	139
Beispiel: Die Kinder der Klinik Holthausen	140
Der Garten als heilpädagogischer Therapieraum	141

Gabriele Kellner:

Gartenarbeit als therapeutisches Medium mit psychisch erkrankten Menschen	145
Grüne Bohnen in der Psychiatrie	145
Herausforderung und Wachstum im Garten	145
Biomechanik oder: Bewegung tut gut	146
Sensomotorik oder: Mit allen Sinnen	147

Kognitive Komponente oder: Wie funktioniert das?	148
Intrapersonale Komponente oder:	
Mit der eigenen Natur vertraut werden	150
Interpersonal oder: Lass es uns gemeinsam versuchen	152
Zurück in den Alltag	153
Vom Team zur Ernte	155

Winfried Schmidt:

Amaryllis hinter Gittern im Strafvollzug – Arbeit mit Pflanzen und Blumen als therapeutische Ergänzung in der Arbeit mit Gewalt- und Sexualstraftätern	158
Grundsätzliche Überlegungen zur therapeutischen Arbeit	160
Herausforderung und Wachstum im Garten, Auswirkungen der Arbeit auf die Gruppe der Gewalt- und Sexualstraftäter . .	163
Die einzelnen Schritte und die Bedeutung für Veränderung. . .	167
Von der Idee „Duftgarten“ zum Projekt „Garten und Therapie“ im Rahmen des Behandlungssettings der sozialtherapeutischen Abteilung der JVA Detmold	168

Christa Berting-Hüneke:

Gärtnerische Betätigung bei Bewegungsstörungen	173
Was behindert, was schränkt ein?	173
Gärtnern als Therapiemittel und Therapieziel zugleich	174
Einordnung des therapeutischen Gärtnerns in ICF und Heilmittelrichtlinien.	175
Garten als Ort der Freude und Erholung	177
Garten zur Selbstversorgung	178
Garten zur therapeutischen Nutzung	178
Rahmenbedingungen.	182
Aktives Gärtnern als Therapiemittel und Therapieziel trotz eingeschränkter Mobilität und Belastbarkeit	185
Möglicher Stellenwert gärtnerischer Betätigung in verschiedenen therapeutischen Konzepten und Methoden . . .	194
Spezifische Risiken	198
Kontraindikationen	199

4 Das Gärtnern in der Therapie 201

Andreas Niepel:

Grundwissen des Gärtners	201
Das Gärtnern fühlen	201
Erde, Wasser, Feuer, Luft: die Werkstoffe des Gärtners	202
Pflegen, erziehen, gedeihen lassen:	
Die Tätigkeiten des Gärtners	210
Die gärtnerische Arbeit im Jahresrhythmus	226
Pflanzenauswahl	241
Adressen Giftnotrufzentralen	249

5 Anhang 251

Die Autorinnen und Autoren.	251
Weiterführende Literatur	255



Vorwort



Zum Buch

Christa Berting-Hüneke, Ergotherapeutin

Was bringt Ergotherapeutinnen, Gärtner/-innen und Landespfleger/-innen, einen Psychologen, einen Arzt, Erzieherinnen und Heilpädagoginnen sowie einen Soziologen in einem gemeinsamen Buch zusammen? Sie alle eint die langjährige berufliche Erfahrung mit den Therapiemitteln Garten und Gärtnern. Die beschriebenen Klientengruppen und die Einsatzorte sind sehr verschieden, der Einsatz des Therapiemittels geschieht jeweils überlegt und gezielt. Das Wirkungsspektrum des Gärtnerns kann sich erst in der Hand des Therapeuten oder Pädagogen entfalten. A. Niepel: „Indem man ein Klavier aufstellt, geschieht noch keine Musiktherapie.“ Und der bloße Aufenthalt in einem Garten ist noch nicht therapeutisch zu nennen ..., oder doch? Zugegeben, die Grenzen sind nicht immer scharf zu ziehen. Umso wichtiger ist es, dass Fachleute aus unterschiedlichsten Bereichen darlegen, wie sie sehr spezifisch die Therapiemittel Garten und Gärtnern einsetzen, um ihre Klienten in persönlichem Wachstum und dem Erhalt oder Wiedererlangen von Kompetenzen zu unterstützen.

A. Niepel (Gärtner) leistet die inhaltliche „Klammer“, indem er die kulturelle Rolle des Gartens umreißt, in die Verbindung zwischen Garten und Therapie einführt sowie am Ende des Buchs ganz praktisch die gärtnerischen Arbeiten erläutert. Darüber hinaus stammen Idee und Konzeption des Buchs von ihm; außerdem hat er die nicht leichte Aufgabe übernommen, die Autorengruppe zusammenzuhalten und zum Fertigstellen ihrer Buchbeiträge zu bewegen. **F. Neuhauser** (Arzt) stellt die Erfahrungen und Überlegungen aus der Arbeit im Geriatriezentrum Am Wienerwald in Wien vor – ein in Fachkreisen sowie in der Öffentlichkeit viel beachtetes Projekt. **M. Putz** (Ergotherapeutin), langjährig tätig in einer Senioreneinrichtung, arbeitet die ergotherapeutischen Möglichkeiten heraus, die der Garten bietet, indem er einen konkreten Sinn und ein klares Ziel für Bewegung, Handlung und Planung vermittelt. **G. Strohmeier** (Soziologe) befasst sich mit den sozialen Kompetenzen, die ein Garten sowohl fördert als auch fordert. Er richtet seinen Blick nicht auf spezielle therapeutische Wirkungen und Anforderungen, sondern auf Wirkungen des Gärtnerns

auf Menschen in ganz allgemeiner Weise. **S. Scholz** und **A. Sieber** (beide Gärtner/in und Dipl.-Ing. Landespflege) beschreiben und erklären, wie die Anforderungen, Rhythmen und Gesetzmäßigkeiten der Gartenarbeit Menschen mit mentalen Behinderungen helfen, ihre Persönlichkeit zu entfalten sowie Fertigkeiten und Fähigkeiten zu entwickeln. **A. Weiß** und **S. Jung** (Erzieherinnen und Heilpädagoginnen) weisen der Auseinandersetzung mit der natürlichen Umwelt für die kindliche Entwicklung eine herausragende Bedeutung zu. Den Garten sehen sie als heilpädagogischen Therapieraum für neurologisch erkrankte und somit in ihrer Entwicklung gefährdete Kinder. **G. Kellner** (Ergotherapeutin) stellt die Wirkungsweisen gärtnerischer Aktivitäten mithilfe eines von australischen Ergotherapeuten entwickelten handlungsorientierten Modells dar und verknüpft die im Modell beschriebenen Handlungskomponenten mit den besonderen Anforderungen bei Menschen mit psychischen Erkrankungen. **W. Schmidt** (Dipl.-Psychologe) kommt es in der therapeutischen Arbeit mit Gewalt- und Sexualstraftätern darauf an, die oft gestörte Beziehung zu Natur und Umwelt im Sinn einer Verbesserung der Achtsamkeit und Verantwortlichkeit für das eigene und das Leben anderer zu fördern und zu entwickeln. **C. Berding-Hüneke** (Ergotherapeutin) erläutert Stellenwert und Möglichkeiten des Gärtnerns bei körperlichen Beeinträchtigungen und versucht eine Einordnung gärtnerischer Betätigung in weit verbreitete therapeutische Konzepte und Methoden.

Wer im eigenen Land etwas voranbringen möchte, bemüht gerne andere Länder, in denen man in der gewünschten Entwicklung den hiesigen Verhältnissen deutlich voraus ist. Ich tue es ebenfalls – und nenne vorrangig die Niederlande, England, Australien, Kanada und die USA. „Gartentherapie“ ist in diesen Ländern gut eingeführt und es gibt meist auch etablierte Qualifizierungsangebote für Fachkräfte aus den Bereichen Pflege, Therapie und Pädagogik, aber auch umgekehrt für Fachkräfte aus den „grünen Berufen“. In Deutschland begann sich erst vor wenigen Jahren ein Bewusstsein für das Therapie- und Fördermittel Garten zu entwickeln. Die Autoren/-innen möchten den Leser/die Leserin mit ihrer Begeisterung für das gezielt eingesetzte Gärtnern mit Klienten anstecken und dazu ermutigen, Ähnliches für den eigenen Arbeitsbereich zu überlegen. Längst nicht alle Bereiche, in denen Garten und Gärtnern relevant sind, können hier berücksichtigt werden. Zu hoffen ist jedoch, dass sich im Themenspektrum der folgenden 200 Seiten für jeden etwas Interessantes und Anregendes findet.

Das vorliegende Buch beruht im Wesentlichen auf therapeutischen Erfahrungen sowie der Orientierung der jeweiligen Berufsgruppe an den für ihren Bereich relevanten Bezugswissenschaften. Daneben lebt die Arbeit der AutorInnen von einem gewissen Enthusiasmus sowie von der Annahme der Wirksamkeit des eigenen Tuns – zwei bedeutsame „Zutaten“ jeder erfolgreichen Therapie.

Die Autorinnen und Autoren bedanken sich bei allen Klienten, die sie ein Stück des Wegs begleiteten und mit denen sie Erfahrungen im Garten sammeln durften. Dem Deutschen Verband der Ergotherapeuten e.V., der die Neue Reihe Ergotherapie herausgibt, sowie dem Schulz-Kirchner Verlag sei gedankt für die Bereitschaft, dieses „etwas andere“ Fachbuch entstehen zu lassen. Gedankt sei ebenso Frau Prof. Lehr und Herrn Prof. Jochheim für die freundlichen Worte zum Geleit.

Hannover, im August 2007

Anmerkung: Um die Lesbarkeit und den Textfluss zu erleichtern, wird i.d.R. die männliche Form verwandt. Gemeint sind immer sowohl Patientinnen und Patienten, Klientinnen und Klienten, usw.



Vorwort zur zweiten Auflage



Christa Berting-Hüneke, Ergotherapeutin

Gutes kann besser werden – daher hat diese Neuauflage eine erste Erweiterung erfahren. **Konrad Neuberger** und **Maria Putz** erinnern anhand ausgewählter geschichtlicher Daten an die Wurzeln der Gartentherapie im internationalen Kontext. Dabei wird deutlich, dass die Entwicklung der Gartentherapie mit politischen, kulturellen, sozialen und medizinischen Entwicklungen korrespondiert. Das derzeitige große Interesse an der Gartentherapie führt zu Forschungsprojekten und bringt neue Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten hervor.

Im zweiten neuen Kapitel stellt **K. Neuberger** die Gartentherapie als Teil der Arbeitstherapie im Fachbereich Psychiatrie vor. In enger Verbundenheit mit der Ergotherapie hebt er die Besonderheiten dieses arbeitstherapeutischen Angebots hervor.

In Vorbereitung befindet sich ein „Praxisbuch Gartentherapie“, das es Fachleuten aus Ergotherapie, Aktivierung, Pflege, Arbeitstherapie und aus dem gärtnerischen Fach erleichtern möchte, gartentherapeutische Angebote für Einzeltherapie und Betätigung in der Gruppe anzubieten, indem es u. a. die wichtigsten gärtnerischen Grundtechniken beschreibt.

Hannover, im November 2009



Geleitworte



Die Gartentherapie

Prof. Dr. Dr. h.c. Ursula Lehr
Bundesministerin a.D.

„Im Garten wird der Mensch zum Schöpfer“, kann aktiv planen und formend gestalten und ist gleichzeitig mehr oder minder passiv den Naturgewalten ausgeliefert, muss von ihm selbst nicht kontrollierbare Einflüsse hinnehmen. „Eine gärtnerische Einstellung ... bedeutet weder Herrscher noch Beherrscher zu sein, sondern Mitschwinger“ (Andreas Niepel, S.18).

Mit diesen Sätzen bringt Andreas Niepel das Wesentliche auf den Punkt: Gärtner fördert die eigene Gestaltungskraft, hilft, eigene Pläne und Vorstellungen zu realisieren, zeigt aber gleichzeitig die Grenzen eigener Schöpfungskraft auf, sensibilisiert und macht empfänglich für die Signale der Natur. – Damit ist dem Gärtnern mit Recht ein Platz im Bereich der Gesundheitsvorsorge zugewiesen, sei es im Rahmen der Prävention, der Therapie und auch der Rehabilitation.

Die Bedeutung der Gärten hat im Verlauf der Zeiten eine Veränderung erfahren: Vor gut 200 Jahren, 1806, diente die erste Kleingartenanlage durch den Anbau von Gemüse und Obst zum Lebensunterhalt („Armengärten“), sodann zu Zeiten der Industrialisierung als Zufluchtsort aus den grauen Wohnblöcken, schließlich als erweitertes Wohnumfeld mit Spielplätzen und Bewegungsmöglichkeiten für die Kinder, von dem Arzt und Orthopäden Daniel Gottlieb Schreiber gefordert. Ende des 19. Jahrhunderts wurden die sozialkontakt-stiftenden Funktionen der Gartenanlagen und Kleingärtnervereine sehr geschätzt. Durch sie erübrigte sich damals die Einrichtung von „Generationenhäusern“, die durch unsere heutige Bundesregierung gefördert werden. – Im letzten Jahrhundert wurden Gärten oft als Ort des Stress-Ausgleichs, als Ort der Abreaktion, als Möglichkeit des Rückzugs gesehen und genutzt. In der Nachkriegszeit bewahrte der eigene Garten manch einen vor der Hungersnot – und heute ist er Garant für gesunde Bio-Kost.

Eine bedeutende Funktion erhielt der Garten Ende des 20. Jahrhunderts für Menschen nach dem Berufsende. Manch einer sah im Garten – sei es am eigenen Haus, sei es der Schrebergarten außerhalb – einen Ersatz für die aufgegebene berufliche Tätigkeit, eine Möglichkeit der Gestaltung, des Sichtbarwerdens eigener Leistung, die notwendige körperliche Herausforderung, sah den Garten als kontakt-stiftendes Moment und durch ihn eine Rhythmisierung seines Tages-, Wochen- und Jahresablaufs gegeben. Der Garten als „Wellness-Center“ wird heute diskutiert.

Seit einiger Zeit wird die Bedeutung des Gartens als „Therapiegarten“ (wieder) hervorgehoben: „Sinnesgärten“ für demenziell Erkrankte zur Förderung der Wahrnehmungskompetenz, Gärten für Wachkomapatienten, Außengehenschulen für Patienten im Bereich der Physiotherapie, Spezialgärten an heilpädagogischen Einrichtungen. Doch Gartentherapie ist umfassender, greift noch darüber hinaus, zieht das aktiv gestaltende und natur-beobachtende Gärtnern selbst als Therapeutikum mit ein. Gärtnern wird mit Recht mehr und mehr als Bestandteil eines übergreifenden therapeutischen Konzeptes gesehen.

Das vorliegende Buch, an dem 12 Autorinnen und Autoren mitgearbeitet haben, umschreibt umfassend und überzeugend sowohl den „Garten als Therapie“ als auch „Therapien im Garten“, Hilfen für Menschen in jeder Altersgruppe, vom Kleinkindalter bis zum hohen Seniorenalter und in unterschiedlichen Lebenssituationen. Die 12 Autorinnen und Autoren aus dem Bereich Gartenbau, Landespflanze, Pädagogik, Psychologie und Psychotherapie, Medizin, Biologie, Ergotherapie und Soziologie beleuchten jeweils aus ihrer Sicht spezifische Teilaspekte hilfreicher Gärten und vor allem auch hilfreichen Gärtnerns, denn auf die aktive Mitgestaltungsmöglichkeit der Patienten kommt es sehr oft an, wovon viele Fallbeispiele überzeugen.

Das letzte umfangreiche Kapitel ist dem „gärtnerischen Grundwissen“ gewidmet und bringt viele praktische Anregungen zur Gartenarbeit, die eigentlich für jeden Menschen hilfreich sind, sei es für den Besitzer eines Schrebergartens, eines kleinen Vorgartens am Haus, oder auch nur eines Balkons mit Blumenkästen oder auch eines Liebhabers von Zimmerpflanzen.

Es ist ein sachlich fundiertes und doch spannend geschriebenes Buch, das die vielfältigen therapeutischen Aspekte des Gartens, des Gärtnerns, der Gartenarbeit aufzeigt und überzeugt. Ein Buch, das man gerne liest, das manche Anregung gibt, das man immer wieder als Ratgeber zur Hand nehmen wird. Ein Buch, dem man eine weite Verbreitung wünschen kann.

Bonn, im Juli 2007



Zum Geleit

*Prof. Dr. med. Dr. phil.(hc.) Kurt-Alphons Jochheim
Ehrenvorsitzender der Deutschen Vereinigung für Rehabilitation
(DVfR)*

Der in der Neuen Reihe Ergotherapie vorliegende Band „Gartentherapie“ eröffnet ein ergotherapeutisches Feld, das bisher nur sehr begrenzt bekannt geworden ist. Um so lohnender ist es, die gesammelten praktischen Erfahrungen der Autoren, darunter ein praktischer Arzt, ein psychotherapeutisch tätiger Psychologe, ein Soziologe, zwei Heilpädagogen, drei Ergotherapeuten und drei Gärtner in dieses Behandlungsfeld einzubringen. Als Beispiel sei Andreas Niepel genannt, einer der Autoren, dessen im Anhang des Bandes vorliegende Biografie zunächst mit der Gärtnerausbildung begonnen hatte, dann im Rahmen seines Zivildienstes im Krankenhaus die entsprechende Patientenbegegnung vermittelte und ihm das Zusammentragen erster Erfahrungen ermöglichte. Inzwischen ist er national und international beratend mit unserem Thema tätig, kann auch entsprechende Publikationen vorweisen und veranstaltet auf dies Thema bezogene Tagungen und Kongresse mit Forschungsergebnissen und Weiterbildungsprogrammen. Auch die anderen Autorenberichte des Anhangs geben über deren Wirken in der Verbreitung der Kenntnisse klare und hinreichend detaillierte Auskunft.

Das Inhaltsverzeichnis des Bandes selbst erlaubt dem Leser den Einblick in verschiedene Teilaspekte, die eine Nutzung für unterschiedliche praktische und pädagogische Ziele erleichtert. Dabei ist natürlich wichtig, für welchen Personenkreis eine solche Behandlung geeignet erscheint. Die Erfahrungsberichte der Autoren stammen z.T. aus der Geriatrie, z.T. aus dem Umgang mit psychisch kranken Menschen, aus dem Bereich der Hirnverletzten verschiedenen Alters und aus dem Umgang mit Straftätern im Rahmen der forensischen Psychiatrie. So wird die Gartenarbeit in den unterschiedlichen Aufgabenfeldern sowohl als Therapiemittel als auch als Therapieziel angesprochen. Schließlich führt eine Übersicht im Anhang auch noch zu weiterführender Literatur.

Die Vielfalt der Anregungen lässt den kleinen Band nicht nur als erste Verlockung zur weiteren Nutzung in der Ergotherapie, sondern auch als Nachschlagemöglichkeit für unterschiedliche theoretische und praktische Einzelprobleme nützlich erscheinen. Herausgebern und Verlag ist für den Mut zu dieser Zusammenstellung sehr zu danken.

Erfstadt, im Juni 2007



1 Mensch und Garten



Sind Gärten heilsam?

Andreas Niepel

Gibt es eine Verbindung zwischen Garten und Therapie und worin besteht diese Verbindung? Warum sollte man den Garten überhaupt als Medium oder als einen Raum der Therapie in Betracht ziehen? Die Antworten auf diese Fragen sind am ehesten dort zu finden, wo es um die grundsätzliche Beziehung zwischen dem Menschen und dem Garten geht. Eine Beziehung, die uns ohne Zweifel bereits seit Jahrtausenden begleitet.

Der Garten als Kulturgut

Die Geschichte des menschlichen Gartens begann in jenem Augenblick, der auch als Vertreibung des Menschen aus dem Paradies beschrieben wird. Jenem Zeitabschnitt also, als der jagende und sammelnde Mensch sesshaft wurde und sich fortan mit Ackerbau und Viehzucht sein Überleben ermöglichte, zweifelsohne einer der bedeutendsten Wendepunkte der menschlich-zivilisatorischen Entwicklung. Mittlerweile gibt es überzeugende Deutungen, welche diese Vertreibung aus dem Garten Eden mit belegten Klima- und Umweltveränderungen ca. 4000 v. Chr. in Verbindung bringen, welche den damaligen Menschen zwingen, nun „den staubigen Acker zu bestellen“ und „im Schweiß seines Angesichts sein Brot zu verdienen“. Dass, um weiter bei diesem biblischen Bild zu bleiben, bald schon nach dieser Vertreibung Kain seinen Bruder Abel erschlug, mag dabei als Metapher vom Sieg des Ackerbauers und Landbesitzers über den nomadisierenden Viehzüchter stehen. Die Situation, nun gebunden an einen begrenzten Ort miteinander leben zu müssen, prägte nachhaltig das weitere menschliche Miteinander – angefangen von der wachsenden Notwendigkeit der Arbeitsteilung und Spezialisierung und damit weiter gehend zur Festigung von Herrschaftssystemen.

Aber mit der Sesshaftigkeit waren nicht nur Folgeentwicklungen im Verhältnis Mensch zu Mensch verbunden, sodass ebenso auch ein sich änderndes Verhältnis zur umgebenden natürlichen Umwelt notwendig war. Im Gegensatz zum

umherziehenden Jäger, Sammler oder Nomaden, der im Grunde mit nur wenig Kontrollmöglichkeit von einer ihn bestimmenden Natur abhängig war, begann der Ackerbauer gezielt Einfluss auf seine Natur auszuüben; sie nach seinen Bedingungen zu formen, indem er Wälder rodete, den Boden bearbeitete und Schutzwälle errichtete.

Diese ortsfeste Umwelt wurde für ihn konkreter, wurde zu einem Gegenüber. Der Ackerbau und damit das Gärtnern erforderte Einflussnahme, ja Planbarkeit und damit ein großes Wissen, gerade um das Feindliche und Lebensbedrohliche dieser Natur. Hier liegt die Quelle für die wissenschaftliche Methodik der Weltbetrachtung. Einen solchen Einfluss auf die umgebende Natur auszuüben ist nebenbei kein rein menschliches Vermögen – auch viele höhere Tiere sind dazu in der Lage, man denke nur an den Biber und seine Flussregulierungstätigkeit. Neben diesem wissens- und an Kontrolle orientiertem Vorgehen verblieb jedoch auch eine eher von der Faszination und dem Glauben geprägte Weltanschauung, basierend auf der Beobachtung und Anerkennung, Bestandteil eines größeren Ganzen zu sein und verbunden mit der Verehrung einer natürlich auch als gut, versorgend und ernährend empfundenen Natur. Hier liegt eine Quelle eines weniger „natur-wissenschaftlichen“ als vielmehr vom Fühlen bestimmten Naturverhältnisses, eine Quelle des Glaubens und auch der Kunst. Es ist dabei kennzeichnend für die Entwicklung der modernen Gesellschaften, dass diese Betrachtungsweise gegenüber jener am Wissen orientierten Vorgehensweise mehr und mehr in das Hintertreffen geraten ist. Doch gerade in unserer Zeit entdeckt dieses Wissen selbst in Form der Chaosforschung seine eigenen Grenzen, sodass der fühlende Ansatz wieder mehr an Gewichtung erhält. Im Garten, der immer gleichzeitig Kontrolle und Planung, aber eben auch das Anerkennen nichtkontrollierbarer fremder Einflüsse notwendigerweise beinhaltet; im Garten, der Nutzen und Schönheit, Wissen und Fühlen, etwas wachsen lassen und etwas zu formen gleichermaßen anstrebt und benötigt, kam und kommt beides zusammen. Der Garten ist somit Symbol des Verhältnisses Mensch-Natur und Bestandteil der kollektiven menschlichen Seele. Und er ist damit auch in den letzten Jahren unmerklich in eine ganz neue Rolle hineingewachsen.

Das angestrebte Ziel dieser Gärten ging dabei über alle Kulturgrenzen hinaus, die Idee diesen verloren gegangenen Garten Eden, dieses Paradies auf Erden wieder herzustellen oder vielleicht besser, es überhaupt erst zu erschaffen. Im Garten wird der Mensch wie Gott zum Schöpfer, der auch deshalb entsprechend dargestellt wird: „... und Gott pflanzte einen Garten gen Osten und setzte den Menschen darin, dass er ihn pflege und bewahre ...“ Derartige Paradiesvorstellungen finden sich in nahezu allen Religionen und Kulturen wieder. So hat sich der

Garten weiter als Symbol einer idealen Welt in unserem gesamt-kulturellen Erbe entwickelt. Die Kulturgeschichte des Gartens begleitet seitdem den Menschen wie ein Spiegel seiner Idealvorstellungen über alle Kultur- und Zeitengrenzen hinweg. Und so wurde ein unvergleichlicher Aufwand für diese Schöpfungen betrieben: Betrachtet man Gärten, wie jenen von Versailles, dem etliche Dörfer weichen mussten, den kaiserlich-chinesischen Garten des Wu Ti, den 1 Million Arbeiter anlegten, oder die Schöpfungen des englischen Landschaftsplaners Lancelot Brown, der Täler und Berge umformte, so ist festzustellen, dass der Mensch für kein anderes Kulturgut mehr Aufwand betrieb. Der Garten und das Gärtnern sind untrennbar vom Wesen des Menschen geworden, es scheint uns ein innerer Drang innezuwohnen, diese Welt gärtnerisch zu prägen und sie mit dem zu versehen, was wir als Ideal empfinden. Dieses Ideal ist dabei natürlich ein menschenzentriertes Ideal. Es ist einerseits an die Defizite von uns Menschen gebunden: Gärten stellen genau jenen Ausschnitt aus der Natur dar, den wir wahrnehmen, erleben und verstehen können. Gärten sind aber auch an unsere Potenziale gebunden, wir wollen schließlich die Schöpfung mit unseren Werten, der Liebe, der Toleranz, Freiheit, dem Kunstsinn etc. erweitern und auch verbessern. Alles was man über das Selbstverständnis des Naturwesens Mensch wissen möchte, kann man in den Gärten finden.

Der Garten als Naturvermittler

„Spiritualität‘ handelt vom Zweck und der Bedeutung verbunden zu sein“, schreibt Charles Lewis (2000) und weiter *„es handelt sich dabei um Verbindungen zu uns Selbst, zu Anderen, sowie zur Welt um uns herum.“*

Ein Gesundheitszustand lässt sich zweifelsohne auch über die Qualität all dieser Verbindungen beschreiben. Dabei ist jedoch jene Verbindung, die wir zur uns umgebenden und damit auch zu unserer eigenen Natur haben, von oftmals kranker Gestalt. Hier wird sie davon geprägt, Macht ausüben zu wollen, dort davon, dass wir uns ausgeliefert fühlen.

Der Garten ist als ein Lösungsmodell für ein gesundes Verhältnis des Menschen zur Natur zu verstehen. Ein Verhältnis, welches diesem Menschen dabei eine Rolle zugesteht, die sowohl jenseits des Bildes eines rein passiv mitbewegten Teilchens, aber auch jenseits einer beherrschenden Rolle verstanden und praktiziert wird. Sie macht sich fest an den Begriffen Fürsorge und Ernte. Eine Vermittlung, die nie nur passiv oder analytisch ist, sondern immer auch aktiv formend. Gartenbetrachtung und aktives Gärtnern sind auch deshalb untrennbar miteinander verbunden. Mensch und Natur stehen sich nicht unbeeinflusst

gegenüber, sondern treten im Garten in eine Transaktion. Im Garten ist der Mensch abhängig und wird geformt wie er auch selbst formt. Gärtnern bedeutet deshalb keineswegs, eine Gegenposition zur Natur einzunehmen, als dass es sich um eine für uns notwendige Form der Beteiligung handelt. So wie wir es auch ansonsten im Räderwerk von Organisationen, Unternehmen oder Gesellschaften als positiv und für die innere Gesundheit als notwendig ersehen, uns nicht der Maschinerie hinzugeben, sondern selbst die Empfindung suchen, ein mitgestalterischer Teil zu sein. Eine gärtnerische Einstellung, wie sie die kulturelle Entwicklung des Menschen hervorgebracht hat, bedeutet weder Herrscher noch Beherrscher zu sein, sondern Mitschwingender. Eine solche Beziehung ist ein Begleiter der Erkenntnis, immer gleichsam Kultur- wie auch Naturwesen zu sein. Der Garten ist damit zu unserem natürlichen Lebensraum geworden. Für den therapeutischen Kontext bedeutet die Einbeziehung des Gartens die Möglichkeit und Notwendigkeit, das Menschenbild zu erweitern. Es geht nicht nur um den Menschen in seiner körperlichen oder geistig-psychischen Funktion, es geht nicht nur um die Betrachtung des Menschen als sich entwickelndes oder soziales Wesen, sondern es erweitert sich der Blick auf den Menschen in Interaktion mit seiner Umwelt als Ganzes. Genau in diesem Sinne sind Gärten schließlich entstanden und letztendlich wichtig für den allgemeinen Gesundheitszustand des Menschen und seiner Gesellschaften. Mit der zunehmenden Ent-Naturisierung, mit dem Herausreißen aus natürlichen Rhythmen und Umgebungen und mit dem Gefühl, allgemein gesellschaftlich die Rolle als Mitschwingender Former zu verlieren, gewinnt deshalb der Garten mehr und mehr an Bedeutung in Hinsicht auf diesen Gesundheitsaspekt. Von Ulrich Gebhard (Gebhard 2001) stammt eine in diesem Zusammenhang interessante Rechnung, bei der er die tausende Jahre alte Menschheitsgeschichte auf das Leben eines 70-jährigen Mannes überträgt; mit dem Ergebnis, dass dieser Mensch fast sein ganzes Leben äußerst nah an der Natur verbracht hat, ja sogar just erst einen Tag unter den uns bekannten naturentfremdeten Verhältnissen lebt. Wohl niemand würde bezweifeln, dass dieser Mensch sich im Grunde zu den bekannten Zuständen zurücksehnen wird und dass er sicher auch krankhafte Reaktionen auf den neuen Zustand zeigt. Und so verwundert es auch nicht, dass gerade in den letzten hundert Jahren (diesem letzten Tag des „Menschheitsmannes“), das, was vom Garten erwartet wird, eine starke Wandlung durchmacht: Vom ursprünglichen Dualismus Nutzen und Schönheit, der Versorgung mit Nahrungsmitteln und dem Bedienen unseres Schönheitsempfindens also, hat es sich über eine zwischenzeitliche ökologische Prägung mit dem Gegenentwurf des Naturgartens dahin gehend entwickelt, dass die Mehrzahl der heutigen Gartennutzer ihn als Raum aufsucht, der ausdrücklich der persönlichen Gesundheit

dient: der Garten als Wohlfühlraum, Gärtnern als private Gesundheitsprävention. Dass nun begleitend dieser Garten auch als Medium und Raum der Therapie entdeckt und entwickelt wird, ist somit nur eine logische Fortentwicklung.

Literatur:

- Gebhard, U. (2001): Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Gesundheit. Wiesbaden, zit. nach Plahl, C. (2004) in: Mensch und Garten, Norderstedt: Books on Demand GmbH
- Lewis, C. (2000): The Evolutionary Importance of People-Plant-Relationships – Vortrag auf der Minnesota Landscape Arboretum Conference
- Wedel, A.; Murrey, G. (2006): Horticulture Therapy in the Treatment of Brain Injury. In: Alternate Therapies in the Treatment of Brain Injury and Neurobehavioral Disorders: A Practical Guide, Murrey, G. (Hrsg.)