



## Buchbesprechung:

### Praxishandbuch Gartentherapie

Die beiden Autoren, Phytotherapeut Andreas Niepel und Pflegefachfrau Gabriele Vef-Georg, beschreiben in ihrem neuaufgelegten Praxishandbuch, wie Gartentherapeuten in Zusammenarbeit mit botanischen und medizinischen Fachleuten in Green Care Projekten therapeutische Wirkungen erzielen können, wenn Gärten nach ingenieurwissenschaftlichen Regeln speziell auf bestimmte Krankheitsbilder angelegt werden.

Mittlerweile gibt es in Deutschland etwa 400 Projekte von Therapiegärten, die erfolgreich in der medizinischen und beruflichen Rehabilitation, in der Psychosomatik, Psychiatrie, Neurologie und Sozialpsychiatrie genutzt werden. Man findet sie in Senioreneinrichtungen, Heimen, in freier Praxis, im Strafvollzug, bei der Integration von Flüchtlingen und körperlich oder geistig eingeschränkten Menschen. Über den Wirkungseffekte von Naturbegegnungen existiert eine Vielzahl von wissenschaftlichen Studien. In allen Untersuchungen wird ein positives Ergebnis auf die Gesundheit und das Wohlbefinden des Menschen nachgewiesen, bis hin zur Minderung der Kriminalitätsrate.

Die medizinische Relevanz war schon im alten Ägypten bekannt. So wurden geistig verwirrten Mitgliedern der Königsfamilie heilsame Spaziergänge in Gärten verschrieben. Karl der Große ordnete 812 die Anlage von Nutzgärten in allen Klöstern und Landgütern an. Seitdem erfreuen sich Lustgärten immer größerer Beliebtheit. Vor mehr als 200 Jahren wurden in einer psychiatrischen Reformbewegung die ersten Konzepte zur Gartentherapie entwickelt, um dann vor drei Jahrzehnten zunehmend in der Pflege, der Therapie und der Pädagogik eingesetzt zu werden. 2009 gründete sich zur weltweiten Koordination die Internationale Gesellschaft Garten Therapie mit Andreas Niepel als Präsidenten.

Dass es nicht einfach einen genormten Therapiegarten als kostengünstiges Allerheilmittel geben kann, wird dem Leser bei der Lektüre der 360 Seiten schnell klar. Vielmehr muss ein interdisziplinär zusammengesetztes Team zunächst Bedürfnisse der Zielgruppen analysieren, Therapieziele klar definieren, vorhandene Ressourcen identifizieren und die nötigen Maßnahmen in eine individuelle Planung umsetzen. In allen Prozessschritten dieser Mensch-Natur-Interaktion ist eine intensive Kommunikation aller Teilnehmer notwendig. Zu klären ist vorher, die Länge und Form der Gehwege, die Anzahl der Sitzbänke, welche Pflanzenarten am Wegesrand stehen sollen (Allergiefahr?).

Hier geht es bei den sensorischen Angeboten z.B. um das Ertasten von Erdstrukturen (matschige Erde, Wasser oder trockenem Sand) oder das Riechen an Gewürzen oder von altvertrauten Düften. Die Körperwahrnehmung wird davon beeinflusst, ob man sich zwischen Büschen bewegt oder an den Füßen Pflanzenteile spürt. Auch sind die Temperaturangebote im Garten, mit dem Wahrnehmen der Jahreszeiten, mit Wind und Regen wichtig für den Patienten, um sich selbst innerhalb des Systems der Welt zu entdecken. Um Unter- oder Überforderung zu vermeiden, sind besondere Maßnahmen erforderlich bei: kardiopulmonalen, neurodegenerativen oder demenziellen Erkrankungen, Schlaganfällen, Sehschwächen oder Blindheit, bei Depressionen oder Multisystematrophien.

Im grundlegenden Teil I seines Handbuches beschreibt Niepel zunächst die Wurzeln, um dann die Definition der Gartentherapie und ihre Zielsetzung in der Rehabilitation, Altenhilfe, Sonder- und Heilpädagogik sowie in der alltagsorientierten Aufbau-therapie näher zu erläutern. In Exkursen wendet er sich dann der Organisation und Konzepterstellung zu, um schließlich die unterschiedlichen Anforderungen an die Teilnehmenden aufzulisten.

Im programmatischen Teil II geht es dann konkret um Gartentherapien wie Fantasiereisen oder die Anlage eines Herbariums, um Gartenkunst (Bastelarbeiten in der Gruppe), Floristik (Mini-Zen und Ikebana) und dem eigentlichen Gartenhandwerk (Pflanzaktionen, Strauchschnitt, Winterfestigkeit). Hier und im dritten Teil erfährt der Leser von Frau Vef-Georg im Detail, wie man die Heilpflanzen und Kräuter im Einzelnen nutzen kann. Für die Therapiesitzungen wurde sogar eine Sammlung von Sprichwörtern, Sinnsprüchen, Gedichten und Liedern zusammengestellt.

Von Manfred Kindler

Andreas Niepel , Gabriele Vef-Georg  
Praxishandbuch Gartentherapie -  
Gartentherapiepraxis für Ergo- und Gartentherapeuten, Pflegefachpersonen und  
Gärtner  
2020 Hogrefe Verlag, Bern  
ISBN 978-3-456-85927-9