



## Im Garten erleben die Menschen sich selbst

Arbeit in Garten und Landwirtschaft hat einen hohen therapeutischen Wert, denn sie lässt psychisch kranke oder behinderte Menschen die Wirkung des eigenen Handelns spüren und fördert damit Selbstwertgefühl und Autonomie.

**A**rbeit im Garten ist für die meisten Menschen anregend und entspannend; durch die Gartenarbeit kommen sie auf neue Gedanken und erreichen eine willkommene Abwechslung zu ihrem Alltag. Durch Gartenarbeit werden Menschen aktiviert und sie erleben durch die Pflanzen, was ihnen selbst gut tut. Gartenarbeit kann in weitestem Sinne heilen, sie kann Entwicklung und Reife sichtbar machen.

Gartenarbeit wird schon seit langem zu therapeutischen Zwecken eingesetzt. Bekannte Vorläufer waren im 15. Jahrhundert das Hospital in Saragossa, Spanien, und die Irrenkolonie in Geel, Belgien. Dort wurden bis in unsere Zeit hinein psychisch Kranke in Garten und Landwirtschaft beschäftigt. Mit der Gründung der Agricolon Kolonien in Deutschland fand diese Form der Behandlung psychisch Kranker seit 1859 eine weite Verbreitung. Nach einem politisch motivierten Rückgang Anfang der 70er-

Jahre gibt es seit Anfang der 80er-Jahre wieder eine zunehmende Tendenz, Kranke und Behinderte durch Gartenarbeit zu fördern.

### Gartenarbeit aktiviert

Der Garten ist ein Ort, an dem die Menschen sich selbst erleben und erfahren können: Er dient ihnen als Feld zum „Beackern“ und als Raum zum Wohlfühlen. Garten und Landwirtschaft bieten eine Vielzahl an Anregungen für Auge, Ohr und Nase. Dort findet man Betätigungsmöglichkeiten für Hand, Fuß und Kopf, der Sinn für das Ordentliche, das Schöne wird geweckt, Gleichgewicht und Proportionen werden erfahren. Aber auch das Natürliche, das Ungeordnete, Wilde, dunkle Ecken und „Dreck“ gehören zu Garten und Landwirtschaft.

Arbeit mit Pflanzen gibt den Menschen Selbstbestätigung und wirkt der Entfremdung entgegen, die mit zu den krankmachenden Faktoren gezählt wer-

den kann. Gerade für Menschen mit einer gestörten Befindlichkeit ist die positive Verstärkung förderlich, die sie erfahren, wenn sie Pflanzen wachsen sehen, die sie im Garten pflegen. Dabei kommen pädagogische und therapeutische Elemente zum Tragen, wenn sie sich als Initiatoren ihres Handelns erleben und schöpferisch tätig werden. Die oft fehlenden Gefühle von Selbstwert und Autonomie können dabei erlebt werden.

Das Selbsterleben bei der Tätigkeit im Garten hat einen anderen Stellenwert als der Umgang mit Menschen. Der Kontakt mit Pflanzen wird beruhigend und wenig bedrohlich erlebt. Auch wenn man Pflanzen bestimmte Eigenschaften zuschreibt, so ist doch leicht einzusehen, dass die Menschen es sind, von denen diese Gefühle und Empfindungen ausgehen. Ein Beispiel: Verschiedene Patienten hatten jeder eine andere Pflanzenart ausgesät. Als die Aussaaten in den folgenden

*In Garten und Landwirtschaft kann der Mensch in sorgender, pflegender Weise den Pflanzen das zukommen lassen, was auch ihm selbst gut tut.*

Tagen keimten, reagierte ein Patient ärgerlich, weil er schlechtes Saatgut erhalten habe. Erst später erkannte er die persönliche Parallele: die Tatsache, dass dieses Saatgut so viel langsamer keimte als anderes, war ein Fakt, der ihm früher selbst von anderen vorgehalten worden war, nämlich, ein Spätentwickler zu sein. Hier wird deutlich: Es waren seine eigenen Erfahrungen und Bilder, die er auf seine Umgebung projizierte, als sich ihm der Sinn dieses Phänomens nicht gleich erschloss.

Bei der Gartenarbeit kann leicht einsichtig gemacht werden, dass ein Aufschub der Bedürfnisbefriedigung notwendig ist, um Ergebnisse zu erhalten. Denn was Menschen heute säen, zeigt erst in Tagen und Wochen Wirkung und Reife. Als Patienten treten sie heraus aus der bedürftigen Haltung und nutzen die Gelegenheit zum Rollentausch: Sie werden vom Empfangenden zum Gebenden.

Therapie im Garten schafft sich einen eigenen Rahmen, in dem Lernen möglich wird. Im Garten wird dieser Rahmen sichtbar und sinnlich erfahrbar. Hier können Kenntnisse erworben werden, und der Mensch kann sich körperlich und seelisch mit den Anforderungen dieser Arbeit auseinandersetzen – er lernt auch etwas über sich selbst.

### Sehen, was man tut

Ein geschickter, junger Patient tat scheinbar weniger, als man ihm zutrauen mochte. Trotz verschiedener Arbeiten wählte er jeden Tag das Ausgraben der Kartoffeln von Hand, aus 80 bis 90 m langen Reihen. Man hätte annehmen

können, dass das eine langweilige und anstrengende Arbeit ist. Aber dieser Patient tat nichts lieber, als Kartoffeln zu ernten. Wir verstanden das zuerst nicht. Auf unsere Frage warum er es so gerne tue, lachte er und sagte: „Es gibt einfach nichts besseres, da sieht man, was man gemacht hat“.

### Mit den Füßen auf der Erde

Was arbeiten heißt, kann wohl nirgends besser erfahren werden als da, wo Menschen mit den Füßen auf der Erde stehen, eine Arbeit körperlich ausführen und erleben. Sie arbeiten an der Grundlage dessen, was sie trägt und sie ernährt. Sie setzen ihren Körper der Luft, der Sonne und dem Regen aus, und üben ihre Fähigkeit, wahrzunehmen, zu genießen, auszuhalten oder zu verändern.

„Das Erleben der jahreszeitlichen Phänomene, die Freude am Wachsen der Pflanzen, der Stolz über die erste eigene Ernte, die unmittelbare Begegnung mit der Natur sind Erlebnisse, die beim Aufbau emotionaler Beziehungen unerlässlich sind.“ (Neuhaus 1992) Mit der Pflege der Pflanzen engagiert sich der Mensch für die Erhaltung der Lebewesen seiner Umwelt. Gartenarbeit, die auch immer mit anderen zusammen stattfindet, enthält viele sich verändernde Faktoren, die es notwendig machen, sie immer wieder zu überprüfen und sich über den Prozess dieser Veränderungen auszutauschen. So gestaltet die gemeinsame Arbeit dann auch das Gemeinschaftserleben. Ausschlaggebend ist, dass bei allem Bemühen der Mensch „mit seinen Bedürfnissen nach Erlebnis,

Erfahrung, Selbsttätigkeit, Identifikation und praktischem Bezug“ (Neuhaus 1992) im Vordergrund steht.

Wenn auch der Schwerpunkt auf der Gartenarbeit liegt, so müssen, gerade bei jungen oder gestörten Menschen, Formen gefunden werden, die es erlauben, dass neben dem Leistungsspekt auch soziale, emotionale und eventuell auch spontane, kreative Ausdrucksformen zum Tragen kommen. Dabei gilt es, Orte zu schaffen, die Erfahrungen mit der Natur ermöglichen und Grundeinsichten vermitteln, wie das Netz des Lebens miteinander verknüpft ist, um einen pflegerischen, verantwortungsvollen Umgang mit der Natur zu praktizieren.

Gärtnerisch-landwirtschaftliche Arbeit kann mit Menschen fast aller Störungen und Behinderungsarten praktiziert werden – für die am weitesten verbreiteten Behinderungsarten liegen auch Erfahrungen vor. Im Einzelnen kommt es auf die betrieblichen Gegebenheiten und das Interesse der Betriebsleiter an. Es gibt in der Bundesrepublik etwa 600 Einrichtungen, die Gartenbau und Landwirtschaft einsetzen, um Kranke und Behinderte zu fördern und zu rehabilitieren, und eine ähnliche Anzahl an Betrieben, die die gleiche Personengruppe im Rahmen von Praktika, oder von geschützten und geförderten Dauerarbeitsplätzen beschäftigen. Eine Forschungsarbeit auf diesem Gebiet wäre wünschenswert.



Fotos: S. Markl

### Konrad Neuberger

*arbeitet als Pädagoge und Gärtner seit 16 Jahren mit Patienten und Klienten im Garten mit Gemüse, Blumen und Gehölzen. Seit 1996 arbeitet er in der psychiatrischen Nachsorgeeinrichtung „Hof Sondern e.V.“ (Wuppertal). Daneben ist er Sprecher des „Arbeitskreises Gartenbau und Therapie“, der Beratung zum Thema anbietet. Weitere Informationen: Konrad Neuberger, Gärtnerei Hof Sondern e.V., Obersondern 6, 42399 Wuppertal.*