

## Der Garten als Raum und Mittel für Therapien



Prof. Renata Schneiter,  
Dozentin,  
renata.schneiter@zhaw.ch



Hans Wydler,  
Leiter Forschungsgruppe,  
hans.wydler@zhaw.ch

**Die Nachfrage nach Gärten mit Pflanzen als Mittel für Therapien steigt. Dazu tragen Projekte bei, welche von der Forschungsgruppe Grün und Gesundheit initiiert und geleitet wurden. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse fliessen in den «CAS Gartentherapie – Horticultural Therapy» ein, der von zwei Departementen der ZHAW (Gesundheit und Life Sciences & Facility Management) gemeinsam durchgeführt wird. Gartentherapie und daran angrenzende Bereiche, unter dem Begriff «Green Care» zusammengefasst, werden von den Fachleuten in der Forschungsgruppe weiterentwickelt.**

### Rückblick

Gartentherapie ist eine neue Therapieform. Sie beruht auf sinnstiftenden Aktivitäten mit Pflanzen, gepaart mit vielfältigen Sinneserfahrungen und kognitiven Herausforderungen. Dabei werden therapeutische Ziele mit Klienten unter der Leitung von Fachpersonen der Ergo-, Physio- und Aktivierungstherapie verfolgt. Der Therapieraum ist ein auf die Bedürfnisse der Klienten abgestimmter Garten. Die Forschungsgruppe Grün und Gesundheit hat während den letzten zehn Jahren mit Forschungsprojekten und Publikationen dazu beigetragen, diese Therapieform zu etablieren. Dies erfolgte in transdis-

ziplinärer Zusammenarbeit mit dem Departement Soziale Arbeit und dem Departement Gesundheit der ZHAW sowie mit der Abteilung Landschaftsarchitektur der Hochschule für Technik Rapperswil und einer Reihe von Anwendern, wie beispielsweise Alterszentren und die RehaClinic Zurzach.

### Wirkungsnachweis der Gartentherapie

Mit dem Projekt «Therapeutische Gärten für Alterszentren» wurde nachgewiesen, dass sich die Aufenthaltsdauer der Betagten im Garten durch aktive Betätigungen, wie auch durch eine vermehrte passive Nutzung, bedingt durch neue Gartenelemente, erhöht.<sup>1</sup> Im Weiteren zeigte eine im Rahmen des Projekts «Therapie- und Erlebnispark RehaClinic Zurzach» durchgeführte Studie mit Schmerzpatienten, dass es den Patienten in der Gartentherapiegruppe punkto Beweglichkeit, psychischer Gesundheit, Angst und Schmerzverhalten eindeutig besser ging als der Kontrollgruppe.<sup>2</sup>

### Die Zukunft heisst Green Care

Neben den gartentherapeutischen Settings, in denen solche Kompetenzen gefragt sind, eröffnen sich für Fachkräfte weitere Handlungsfelder, wie zum Beispiel in Heimen, Gefängnissen, Spitälern und Kliniken. In diesen Institutionen werden zunehmend natürliche Elemente für

das Wiedererlangen, die Erhaltung und die Förderung von Gesundheit eingesetzt. Dieses breite Berufsfeld wird mit dem Begriff «Green Care» zusammengefasst. Letztes Jahr wurde im Auftrag des Bundesamtes für Landwirtschaft eine Systemanalyse zu sozialen Betreuungsleistungen in der Landwirtschaft durchgeführt. Und dieses Jahr startete ein Projekt zur Analyse sozialer Auswirkungen von Urban Agriculture-Unternehmungen (im Rahmen der COST-Action TD 1106 Urban Agriculture in Europe).

<sup>1</sup> KTI-Projekt Nr. 6177.2FHS (2003-2005). Therapeutische Gärten für Alterszentren. Interner Schlussbericht. Wädenswil 2006

<sup>2</sup> Verra M., Angst F., Beck T., Lehmann S., Brioschi R., Schneiter-Ulmann R., Aeschlimann A.: «Horticultural Therapy for Patients with Chronic Musculoskeletal Pain: Results of a Pilot Study», Journal of Alternative Therapies in Health and Medicine, vo.18, no. 2, 2012:44-50

### Weiterbildung, Vernetzung und Literatur

#### Weiterbildung

Mit dem Certificate of Advanced Studies «CAS in Gartentherapie – Horticultural Therapy» können die für gartentherapeutische Interventionen erforderlichen Kompetenzen erarbeitet werden. Das Angebot wird stark nachgefragt, was die Anzahl der Interessentinnen und Interessenten für den nächsten Kurs beweist. 20 Personen schliessen den ersten Durchgang des CAS im Mai 2014 ab, der nächste Lehrgang startet im Frühjahr 2015.

#### Tagung

Mit dem dritten Wädenswiler Gartentherapiekongress am 22./23. Mai 2014 wird dem Bedürfnis nach Vernetzung der am Thema interessierten Kreise Rechnung getragen. Mit von der Partie ist auch die Schweizerische Gesellschaft Gartentherapie sggT. Am Schluss des Kongresses wird Prof. Renata Schneiter, Pionierin von Gartentherapie in der Schweiz, für ihren Beitrag zur Etablierung dieser Therapieform geehrt.

#### Fachbücher

Lehrbuch Gartentherapie, Schneiter-Ulmann R. (Hrsg.), Verlag Hans Huber, Bern 2010  
Garten und Demenz, Föhn M. & Dietrich Ch. (Hrsg.), Verlag Hans Huber, Bern 2013

[www.iunr.zhaw.ch/gruenundgesundheit](http://www.iunr.zhaw.ch/gruenundgesundheit)



Abb. 1: Gartentherapiegruppe in der RehaClinic Zurzach  
Bild: RehaClinic Zurzach



Abb. 2: Green-Care-Aktivitäten fördern die Gesundheit  
Bild: Thomas Fulda