

Fachzeitschrift für naturgestützte Interaktion
Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Green Care

Jahrgang 12 | Heft 2 | 2025
Natur zum Grosswerden | Kraftorte im Grünen |
Mit Stall und Seele | Neues aus der Gartentherapie

News



ORF-Beitrag zu "Green Care – Wo Menschen aufblühen"

Unter dem Titel „Psychosoziale Betreuung am Bauernhof“ gewährt der Beitrag berührende Einblicke in die Arbeit am Antlashof.

Er zeigt, wie Menschen mit psychosozialen Unterstützungsbedarf durch die Einbindung in das Hofleben neue Perspektiven, Halt und Lebensfreude finden.

Der Antlashof steht exemplarisch für das große Engagement, die Fachkompetenz und das soziale Verantwortungsbewusstsein vieler Green Care-Betriebe in Österreich.

Green Care Tätigkeitsbericht 2024

Gemeinsam haben wir viel erreicht – hier ein Einblick in unsere Highlights:

Highlights 2024

- 🏆 24 Höfe erhielten die Green Care-Hoftafel für ihr besonderes Engagement in der pädagogischen, gesundheitsfördernden und sozialen Arbeit.
 - 🌱 Green Care-Zertifizierung überarbeitet, um noch mehr Qualität und Klarheit zu schaffen.
 - 📺 Neues Erklärvideo zur Nutztierprüfung, das den Prozess noch verständlicher macht.
 - 🌐 Internationale Vernetzung gestärkt – Green Care wurde über die Grenzen hinweg als Vorzeigemodell anerkannt.
 - 🏆 Erfolgreiches Jahr für „WIR für greencare“ mit Auszeichnungen und wachsender Unterstützung.
 - 📺 Mehr mediale Präsenz – Green Care in ORF-Sendungen, Social Media & Co.
 - 🎯 Zukunftsziele für 2025: Noch mehr Betriebe, innovative Projekte und wertvolle Kooperationen!
- Alle weiteren spannenden Zahlen und Fakten finden Sie im Tätigkeitsbericht 2024 im Anhang.
Ihr Team von Green Care Österreich



Hier finden Sie den gesamten [Tätigkeitsbericht](#).



Sehr geehrte Leserin! Sehr geehrter Leser!

Wenn der Sommer kommt, tritt die Natur in ihre vollste Erscheinung – nicht als spektakuläre Bühnenshow, sondern als ruhiger Beweis dafür, wie Wachstum und Reife Hand in Hand gehen.

Es ist die Zeit, in der Pflanzen nicht mehr zögerlich keimen, sondern sich mit Selbstverständlichkeit entfalten. Auch in der Tierwelt zeigt sich nun, wer im Frühling geboren wurde. Man könnte sagen: Der Sommer ist die Jahreszeit, in der die Natur Selbstvertrauen hat. Diese stille Selbstverständlichkeit des natürlichen Wachstums ist ein stimmiger Hintergrund für die Themen unserer Sommerausgabe – denn auch hier geht es um Reifung, Kraftquellen und um die Verbundenheit mit dem Lebendigen.

Das erste unserer vier Schwerpunktthemen trägt den Titel **„Natur zum Großwerden“**. Hier versammeln sich Beiträge, die zeigen, wie Naturorte und gärtnerische Tätigkeiten Kindern Raum geben, sich zu entfalten – sei es im Beitrag einer Studentin zur Wirkung des Gärtnerns, im Erfahrungsbericht aus einem Gartenprojekt mit Kindern mit Flucht- und Migrationshintergrund, im Artikel über Sprachbildung im Waldkindergarten oder im zweiten Teil unserer dreiteiligen Reihe zu den **„Wald-Entdecker:innen“**. Der gemeinsame Nenner: Wachsen braucht Wurzeln, aber auch offene Räume zur vollen Entfaltung.

Im zweiten Schwerpunkt, **„Kraftorte im Grünen“**, geht es um Natur als Rückzugs- und Inspirationsort. Eine Studentin hat in einer Literaturrecherche naturgestützte Angebote in der Deutschschweiz untersucht – mit interessanten Einsichten zur Rolle des öffentlichen Grüns. Der zweite Beitrag führt uns zu einem ungewöhnlichen Ort der Begegnung: einem Friedhofs-Café in Luzern, das zeigt, wie sich Natur, Erinnerung und soziale Interaktion miteinander verweben lassen. Hier wird deutlich: Kraftorte entstehen oft dort, wo wir Raum zum Innehalten finden.

Unter dem Titel **„Mit Stall und Seele“** widmen wir uns dem Kontext von Landwirtschaft und sozialen Dienstleistungen. Zum einen in Form eines Interviews mit einem der Autor:innen eines neuen Buches zur Sozialen Landwirtschaft, zum anderen über einen wissenschaftlichen Beitrag zur therapeutischen Wirkung von Synchronisationsprozessen mit Pferden.

Das letzte Schwerpunktthema, **„Neues aus der Gartentherapie“**, bringt sowohl einen Rückblick als auch einen Ausblick. Mit dem Nachruf auf Alfred Vollmer erinnern wir an einen Pionier der Gartentherapie – und an die Fundamente, auf denen heutige Praxis aufbaut. Der zweite Beitrag führt die vierteilige Reihe zur Phytonresonanz-Hypothese fort.

So wie der Sommer die Vielfalt sichtbar macht, die im Frühjahr gewachsen ist, macht auch diese Ausgabe sichtbar, was im Bereich naturgestützter Interventionen gedeiht. Es ist eine Einladung, mit wachem Blick durch die Felder, Wälder, Gärten und Ställe zu gehen – und zu erkennen, was dort an Entwicklung möglich wird. Denn vielleicht ist genau das das Wesen des Sommers: Er erinnert uns daran, dass Reife nicht laut sein muss, um kraftvoll zu sein.

In diesem Sinne, machen Sie es gut und take (green) care, Ihr



Dr. Thomas Haase

Herausgeber und Rektor der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Veranstaltungstipps

Fachtag Gartentherapie am 13. Juni 2025

Lernen Sie gartentherapeutische Projekte und praktische Methoden der Gartentherapie kennen und entdecken Sie neue Tools für die Planung Ihrer gartentherapeutischen Einheiten. Der Fachtag Gartentherapie ermöglicht einen Austausch zwischen Gartentherapeut:innen sowie Neueinsteiger:innen. Beim diesjährigen Fachtag Gartentherapie am 13. Juni stehen Inklusion und Marktgärtnerei sowie rumänische Projekte und transformative Naturprozesse im Mittelpunkt. Mehr Infos und Anmeldelink: [Fachtag Gartentherapie](#)



Symposium Verein Jardins Sante, Paris im November 2025

Der französische Verein Garten & Gesundheit bereitet ein internationales Symposium in November 2025 in Paris vor. Internationale Expert:innen wie zum Beispiel Andreas Niepel werden dort erwartet.

Das Symposium wird auf französisch geführt und übersetzt.

Link : <https://www.jardins-sante.org/>

Datum: 17. und 18. November 2025

Ort: Paris, Krankenhaus St-Anne



@ Michelle Pitzel from Pixabay

GREEN CARE

Fachzeitschrift | Ausgabe 02 2025

Natur zum Grosswerden

- 4 Die Wirkung von Gärtnern mit Kindern
- 7 Ein "Topfgarten" für Kinder mit Fluchterfahrung
- 12 Die "Wald-Entdecker:innen", Teil 2
- 17 Sprachbildung im Waldkindergarten

Mit Stall und Seele

- Mehrwert Landwirtschaft 28
- Pferde berühren mehr als nur die Haut! 31

Kraftorte im Grünen

- 21 Von der Stille zum Gespräch
- 25 Naturgestützte Therapie in der Schweiz

Neues aus der Gartentherapie

- Phytoresonanz-Hypothese, Teil 2 36
- Alfred Vollmer * 01.09.1952 – † 20.03.2025 42

Editorial

- 1 Vorwort
- 2 Veranstaltungstipps
- U News
- U3 Impressum

Service

- Inhaltsverzeichnis 3
- Rezensionen 44
- Welt der Wissenschaft 46
- Nachschau U3

Icons und ihre Bedeutung



Tiere



Gesundheit



Pädagogik



Praxis



Garten



Soziale
Landwirtschaft



Forschung



Wald und Flur



Therapie



Die Wirkung von Gärtnern mit Kindern

Die Bioterra Gartenkind Saisonkurse bieten Kindern naturnahe Erlebnisse und sollen ihre Umweltbildung fördern. Eine aktuelle Untersuchung dazu zeigt spannende Ergebnisse – doch nicht alle Erwartungen werden erfüllt. Welche Wirkung haben die Kurse tatsächlich?

Gärtnern: für einige Menschen der Himmel auf Erden, für andere Aufwand und schmutzige Hände. Der Wunsch, selbstständig Lebensmittel anzubauen, scheint jedoch zuzunehmen. So gibt es auch immer mehr Gartenangebote für Kinder. Eines davon sind [die Gartenkind Saisonkurse von Bioterra](#), der führenden Schweizer Organisation für den Bio- und Naturgarten. Diese Kurse werden in der ganzen Schweiz angeboten und ermöglichen Kindern bis elf Jahren, während einer Saison ihr eigenes biologisches Beet anzulegen. Ziel ist es, ihnen nicht nur gärtnerische Fertigkeiten zu vermitteln, sondern auch ihre Beziehung zur Natur zu fördern. Um den tatsächlichen Wirkungen der Saisonkurse auf den Grund zu gehen, startete Bioterra in Zusammenarbeit mit der [Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften](#) (ZHAW) eine Untersuchung. Dazu wurde eine Semesterarbeit geschrieben, welche in diesem Beitrag nun dargestellt wird.

Natur erleben, Wissen ernten

Max (Name geändert) ist acht Jahre alt und besucht bereits zum dritten Mal den Saisonkurs von Bioterra. Stolz gibt er eine Führung durch sein Gartenbeet. „Das ist eine Gurkenpflanze. Wir müssen ihr Wasser geben, damit sie nicht austrocknet. Und wenn sie reif ist, ernte ich sie, damit wir zu Hause etwas zu essen haben“, erklärt er. Mit kurzen, unstrukturierten Interviews wie diesem sollte das Verhalten und Wissen der Kinder über den Garten festgehalten werden. Die gesammelten Aussagen wurden daraufhin in fünf Kategorien unterteilt: gärtnerische Kompetenzen, Bezug zu Lebensmitteln, Zusammenhänge in der Natur, Sozialkompetenzen und schließlich Naturerfahrungen. Die obige Aussage von Max zu seiner Gurkenpflanze wurde beispielsweise der Kategorie gärtnerische Kompetenzen zugeordnet.

Vom Garten auf den Teller

Ein Garten ist ein Mikrokosmos voller Entdeckungen. Max kennt nicht nur seine Gurken, sondern auch den Unterschied zwischen verschiedenen Bohnensorten, die in seinem Beet wachsen. „Es gibt die Höckerli-Bohnen und die Stangenbohnen“, erklärt er. „Die Stangenbohnen wickeln sich um den Ast und klettern hoch und die Höckerli-Bohnen wachsen am Boden, sodass man sich hinsetzen und sie pflücken kann.“ Wie Max lernen viele Kinder während den Saisonkursen verschiedene Pflanzenarten kennen. Sie können essbare von nicht essbaren Pflanzen unterscheiden und können diese benennen. Zudem wissen sie, dass Gemüse geerntet wird, wenn es reif ist. Mit Bezug auf die aktuelle Literatur lässt sich außerdem feststellen, dass Kinder mehr Wertschätzung für selbst angebautes Gemüse entwickeln – doch ob sie dadurch langfristig ihr Ernährungsverhalten ändern, bleibt offen. Was jedoch auffällt, ist, dass die Kinder einen besonderen Bezug zu ihrem Beet und den darin wachsenden Pflanzen zu pflegen scheinen. So kosten Max und sein Freund Tim während einer Interviewsequenz Borretsch-Blüten. Achtsam und konzentriert kauen sie auf den Blüten und versuchen, deren Geschmack zu beschreiben: „Die schmecken irgendwie... wie alles, eigentlich. Wie eine Frucht. Nach Papaya!“, stellt Tim fest, welcher zum ersten Mal am Saisonkurs teilnimmt.

Naturbeziehung stärken und Zusammenhänge verstehen

Eine zentrale Frage der hier beschriebenen Untersuchung war auch, ob die Kinder durch den Kurs ein tieferes Verständnis für ökologische Zusammenhänge entwickeln. Max zeigt auf eine ver-

trocknete Dillpflanze und erklärt: „Wenn sie austrocknet, dann macht sie Samen und es wachsen neue Pflanzen.“

Solche Aussagen lassen vermuten, dass Kinder einige grundlegende Zusammenhänge erkennen. Doch wie weit dieses Wissen reicht und ob es direkt durch die Kurse oder vielleicht anderswo angeeignet wurde, konnte durch die Untersuchung nicht bestätigt werden. Was jedoch ersichtlich scheint, ist die gestärkte Naturbeziehung der Kinder durch die Kurse. Diese These konnte in dieser Untersuchung zwar nicht direkt bestätigt werden, doch ältere Literatur, beispielsweise eine [Untersuchung aus dem Jahr 2013](#) (Roczen, et al.) deutet darauf hin, dass ein regelmäßiger Aufenthalt in der Natur einen großen Einfluss auf die Naturbeziehung hat.

Selbstbewusstsein und Zusammenhalt stärken

Gärtnern ist nicht nur eine Einzelbeschäftigung. Die Kinder sollen im Saisonkurs auch lernen, gemeinsam an Projekten zu arbeiten. Max und sein Freund Tim haben sich eine eigene Aufgabe gesucht: Sie bauen aus Weiden ein kleines Tipi. „Hier kann man sich verstecken, wenn es heiß ist!“, erklärt Tim. Die Freude am gemeinsamen Schaffen ist offensichtlich. Auch gibt es viele Hinweise darauf, dass die Arbeit im Garten einen bleibenden, positiven Effekt auf die Selbstkompetenzen der Kinder hat. Vor allem in der Literatur finden sich hierzu zahlreiche Aussagen. In einer [Studie von Chang et al. \(2016\)](#), die die Wirkungen eines Schulgartenprogrammes untersuchte, gaben fast alle Kinder an, positive Auswirkungen im Bereich der Lebenskompetenzen zu bemerken, also beispielsweise im Selbstbewusstsein, ihrer Motivation, schwere Aufgaben zu lösen, und in ihrem Sinn für Verantwortung. So sagten einige Kinder aus, durch die Gartenarbeit gelernt zu haben, andere Lebewesen zu pflegen.

Methodische Hürden

Die durchgeführte Wirkungsstudie steht erst ganz am Anfang ihres Weges. Mit dieser ersten Semesterarbeit sollten die frischentwickelten Methoden getestet und erste Daten ausgewertet werden. Somit sind die Methoden teilweise noch ausbaufähig und die Datenmenge war insgesamt viel zu gering, um allgemeingültige Aussagen treffen zu können. Das liegt unter anderem daran, dass die Daten direkt von den Gartenleitpersonen während der Kurse gesammelt wurden. Dazu stellte sich heraus, dass vielen Kursleitenden die Kapazität fehlte, nebst der Kinderbetreuung und den Gar-

tenarbeiten auch noch Interviews zu führen. Somit stand für die Arbeit nur eine geringe Anzahl brauchbarer Daten zur Verfügung, nämlich von insgesamt vier Kindern. Die geringe Stichprobe und der kurze Beobachtungszeitraum erschwerten belastbare Aussagen über langfristige Effekte. Zudem wurden die Interviews nur einmal geführt, weshalb ein Vorher-Nachher-Vergleich der einzelnen Kinder nicht gemacht werden konnte. Glücklicherweise wird die Wirkungsstudie im kommenden Gartenjahr im Rahmen einer Bachelorarbeit weitergeführt und die Methoden werden verfeinert. Somit ist das Forschungsteam gespannt auf weitere Resultate.

Fazit: Wichtiges Forschungsgebiet mit viel Potenzial

Die Gartenkind Saisonkurse schaffen wertvolle Naturerlebnisse für Kinder und können deren Bezug zu Lebensmitteln positiv beeinflussen. Max wird sich vielleicht noch lange an seine Bohnenpflanzen erinnern – doch ob er wirklich versteht, wie das Ökosystem Garten funktioniert, ist eine andere Frage. Die Forschung wird weitergehen – mit dem Ziel, noch besser zu verstehen, welche Wirkung Naturerfahrungen auf Kinder haben und wie man sie gezielt fördern kann. In der Zwischenzeit erhalten hunderte Kinder in der Schweiz die einzigartige Möglichkeit, selbstständig ein Gartenbeet zu pflegen und eigenes Gemüse anzupflanzen. Und was gibt es schöneres, als wortwörtlich die Früchte der eigenen harten Arbeit zu ernten?



© Sarah Zeller

Literaturhinweise

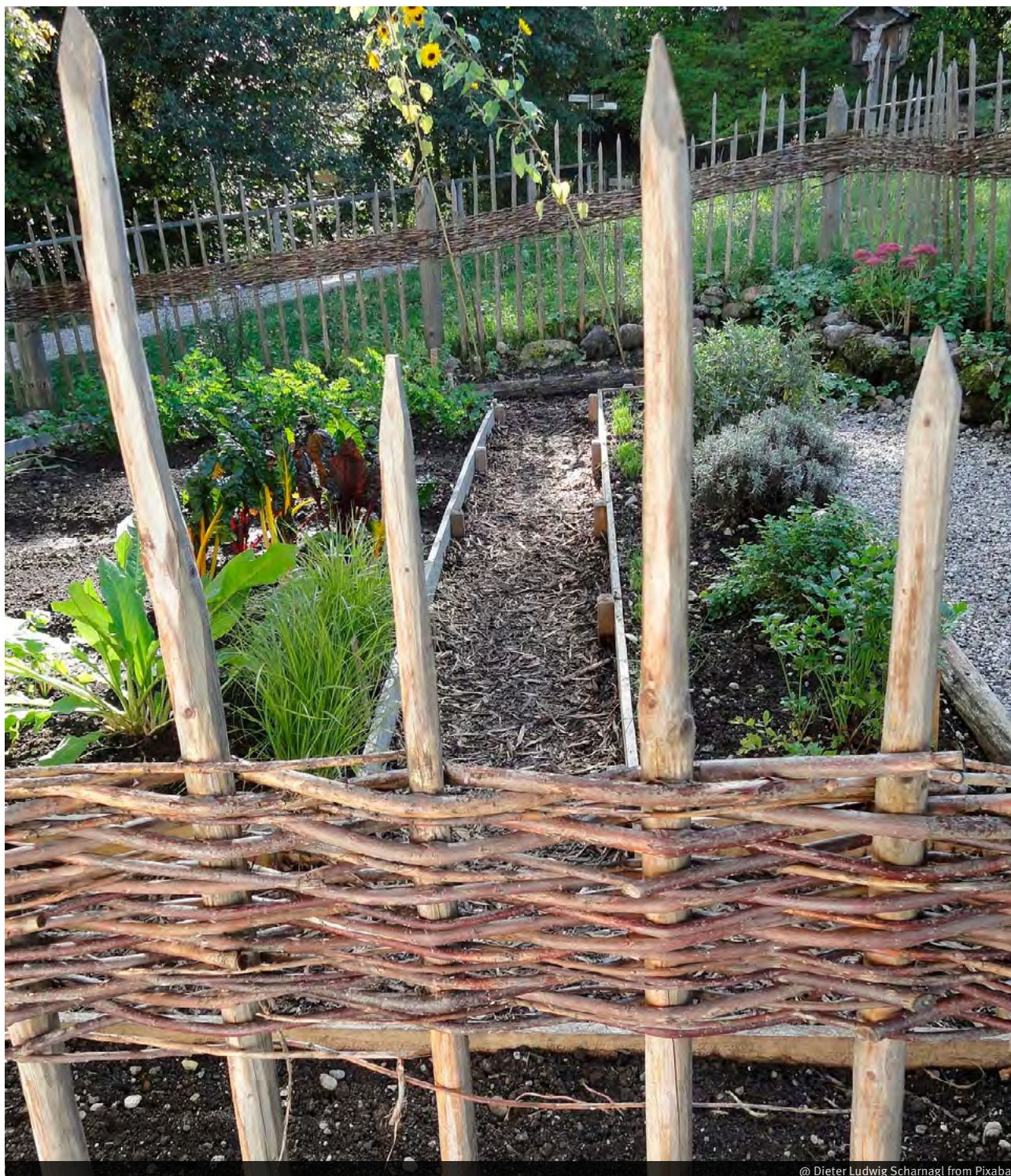
Chang, Y., Su, W., Tang, I., Chang, C. (2016). Exploring the Benefits of School Gardening for Children in Taiwan and Identifying the Factors Influencing these Benefits. *Horticultural Technology* horte, 26(6), S. 783-792. <https://doi.org/10.21273/HORTTECH03074-16>

Roczen, N., et al. (2013). A Competence Model for Environmental Education. *Environment and Behavior* 46(8), S. 972-992. <https://doi.org/10.1177/0013916513492416>

Autor:in



Sarah Zeller studiert im letzten Semester Umweltingenieurwesen an der ZHAW in Wädenswil. Durch ihre lebenslange Begeisterung für die Natur und ihre dreijährige Tochter sieht sie große Wichtigkeit in der Verbindung zwischen Natur und Bildung..



© Dieter Ludwig Scharnagl from Pixabay



Ein "Topfgarten" für Kinder mit Fluchterfahrung

Ein schulisches Projekt unterstützt Kinder und Jugendliche mit Flucht- und Migrationserfahrungen durch das gemeinsame Anlegen eines Topfgartens, zur psychischen Stabilisierung und sozialen Integration.

Vor uns auf den Arbeitstischen stehen Aussaat-schalen mit den im zeitigen Frühjahr auf den Fensterbänken der Schulbücherei ausgesäten Blumen und Kräutern, die inzwischen gekeimt und zu Sämlingen herangewachsen sind. Daneben finden sich Gänsefedern, Eimer mit Erde, Töpfchen aus verschiedenen Materialien, kleine bunte Gießkannen. Es ist ein besonderer Tag für die Kinder, die im sonnen-durchfluteten Patio der hiesigen Gesamtschule nördlich von Frankfurt am Main zusammengekommen sind: Heute werden die Sämlinge aus den Aussaat-schalen in ein neues Zuhause verpflanzt – in einen eigenen Topf. Die von den Kindern aus Zeitungspapier selbst gefertigten Töpfchen stehen mit Erde gefüllt bereit. Jedes Kind nimmt sich nach und nach eines davon, klopft es vorsichtig auf den Tisch, damit sich die Erde setzt und bohrt mit dem Zeigefinger ein ausreichend großes Loch hinein, in das ein Sämling mitsamt Wurzel hineinpasst. Dann hebt es ihn vorsichtig mit dem nun als Pikierstäbchen verwendeten Kiel der Gänsefeder aus der Pflanz-

schale und setzt ihn in das Pflanztöpfchen ein. Darin kann er weiter Wurzeln bilden und heranwachsen und später direkt mit dem Töpfchen ausgepflanzt werden. Dies verhindert den „Pflanzschock“, eine Wachstumsstockung aufgrund eines erneuten Wechsels aus dem Töpfchen an den neuen Standort. Nun noch vorsichtig angießen – geschafft!

Die Kinder wissen, dass die jungen Pflänzchen noch empfindlich sind und eine geschützte Umgebung ohne zu viel Wind oder Kälte benötigen. An sonnigen Tagen wie heute dürfen sie für einige Zeit ins Freie, werden am späteren Nachmittag jedoch wieder in die schützenden Räume der Schulbibliothek gebracht. Mit der Zeit dürfen die Jungpflanzen dann länger draußen sein, vertragen in der Folge auch kühlere Nächte mit etwas Schutz im Freien, bevor sie dann an ihren endgültigen Platz ausgepflanzt werden.

Die Aufgabe des Umzuges der jungen Pflänzchen, die die Kinder und Jugendlichen heute übernommen haben, hat viel mit ihren eigenen Lebensgeschichten zu



© Marina Raffaella Cerea



© Marina Raffaella Cerea

tun: Sie alle mussten ihre altvertraute Heimat hinter sich lassen, sich auf einen – oft beschwerlichen und gefährlichen - Weg begeben, der sie an einen neuen, ihnen fremden Ort führte. Diese Erfahrung fühlt sich für viele von ihnen an, als wären sie aus der vertrauten Erde ihres Herkunftsortes plötzlich herausgerissen und „in fremde Erde verpflanzt“ worden, in der sie sich neu verorten, verwurzeln müssen. Umso achtsamer gehen sie mit den Sämlingen um.

In den vergangenen Jahren haben Flucht und Vertreibung global stark zugenommen. Laut der UNO-Flüchtlingshilfe betrifft dies weltweit etwa 120 Millionen Menschen. Die Schubfaktoren (push-Faktoren), die sie dazu zwingen, ihre Heimat zu verlassen, sind Bedingungen am Herkunftsort, die als bedrohlich oder unerträglich erlebt werden: Naturkatastrophen, Kriege – und damit verbunden Vertreibung, Hunger, Armut – soziale Diskriminierung, direkte oder strukturelle Gewalt, Arbeits- und Perspektivlosigkeit. Viele der Geflüchteten, Vertriebenen und Migrant:innen sind Kinder und Jugendliche, die großen Belastungen ausgesetzt waren.

Gemäß der Deutschen Gesellschaft für Sozialpädiatrie und Jugendmedizin (DGSP) stellen neben Kriegserfahrung und – vor allem lange andauernder - Flucht insbesondere ein unklarer Aufenthaltsstatus im Aufnahmeland sowie die Trennung von Bezugspersonen das Risiko der Kinder und Jugendlichen mit eigener Migrations- und Fluchterfahrung (im Unterschied zu Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund) dar, an-

haltend psychosozialen Belastungen ausgesetzt zu sein (Henkel & Neuss, S. 25ff), die unterschiedliche Folgen haben können. Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass vor allem jüngere Kinder unter dem plötzlichen Verlust von vertrauten Bezugspersonen leiden (ebenda). Doch neben zurückgelassenen Familienangehörigen vermissen sie auch Freunde, lieb-gewonnene Tiere, Orte, Landschaften, die Kultur, die Sprache, das Klima und Atmosphären, die sie umgaben, Gewohnheiten und Rituale, in die sie eingebettet waren. Viele fühlen sich enturzelt, isoliert, werden als Fremde bezeichnet. Für sie jedoch sind das Land, in dem sie sich nun wiederfinden, seine Menschen, Kultur, Sprache und Schriftzeichen befremdlich. Was ihnen bisher Orientierung bot, ist nicht mehr greifbar; was sie nun erleben, erscheint ungewohnt, fremd – manchmal sogar angsteinflößend.

Flucht- und Migrationserfahrung bedeuten zwar nicht zwangsläufig, behandlungsbedürftige seelische Störungen zu entwickeln. Doch viele der Kinder und Jugendlichen waren auf ihrem bisherigen Lebensweg körperlichen und/oder seelischen Stressoren ausgesetzt, die sie mit ihren vorhandenen Bewältigungsstrategien nicht verarbeiten können.

Außerdem zählt zu den Erfahrungen zahlreicher geflüchteter Kinder und Jugendlicher, dass sie über ein hohes Maß an Bewältigungskompetenz verfügen. Sie sind in der Lage, auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zurückzugreifen, um diesen Belastungen

zu widerstehen, sich davon zu erholen und für ihre weitere Entwicklung nutzen zu können. Postexpositionelle Einflüsse wie ein **sicheres, tragendes Umfeld** und das Vorhandensein individueller und sozialer **Schutzfaktoren** sind daher von außerordentlicher Bedeutung für ihren weiteren Weg.

Die UN-Kinderrechtskonvention von 1989 hat völkerrechtlich verbindliche Mindeststandards festgelegt: Gesichert werden u.a. das grundlegende Recht jedes Kindes auf Leben, Überleben und bestmögliche Entwicklung sowie das Recht auf Bildung, Ruhe, Freizeit, Spiel und Erholung. Seit 2010 gilt die Konvention für jedes in Deutschland lebende Kind.

Schulpflichtige Kinder und Jugendliche mit Flucht- und Migrationserfahrung werden in Deutschland an Grund- und weiterführenden Schulen mehrheitlich in sogenannte „Deutsch-Intensiv-Klassen“ aufgenommen, auch weil die passende Klassenstufe mangels Geburtsurkunde oder Schulzeugnissen aus dem Herkunftsland nicht ermittelt werden kann. Je nach Fortschritt werden sie dann in die Regelklassen integriert. Eine große Zahl von ihnen benötigt ausreichend Zeit für diesen Prozess – Zeit, die ihnen oftmals nicht zugestanden werden kann. Dies stellt Bildungsinstitutionen vor große Herausforderungen.

Eine etwas andere Wegbegleitung

An manchen Schulen wird deshalb zusätzlich zu den Deutsch-Intensiv-Klassen ein Lese-Mentoring angeboten, bei dem jeweils eine ehrenamtliche Lesementor:in ein geflüchtetes oder migriertes Kind oder eine:n Jugendliche:n über einen längeren Zeitraum begleitet. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf dem sinnentnehmenden Lesen, um – Schritt für Schritt – im Anschluss daran das Wahrgenommene, Erfasste und Verstandene mit eigenen Worten wiederzugeben und/oder zu erklären, mit dem Ziel, gehört, gesehen und verstanden zu werden. Diese konstante, verlässliche Begleitung, die Beziehung, die sich zwischen Mentor:in und Mentee entwickelt, bildet einen weiteren wertvollen Baustein auf dem Weg der Kinder und Jugendlichen, sich einzuleben, neu zu verorten und sich zugehörig zu fühlen – ein oftmals langer, mit Einsamkeitsgefühlen und Trauer verbundener Prozess.

Einen haltenden und sicheren Raum bieten

Der amerikanische Psychologe John Bowlby zeigte bereits in den 1960er Jahren auf, dass in uns Menschen ein angeborenes, menschliches Bedürfnis besteht, soziale Beziehungen einzugehen, und dass wir ohne die Verbundenheit zu anderen keine stabile Ich-Identität ausbilden können. Menschen brauchen die Verankerung in sozialen Gemeinschaften, lokalen kleineren Gruppen, in denen sie sich anerkannt und wahrgenom-

men fühlen. Virtuelle Gruppen reichen nicht aus, um sozialer Einsamkeit entgegenzuwirken. Dieses Grundbedürfnis, das **Verlangen nach Zugehörigkeit** (Affiliationsverlangen) zu anderen Menschen und Menschengruppen gehört neben der **explorativen Neugierde** und dem **Poiesis-Antrieb kreativer Gestaltung**, sich selbst und seine Umwelt (mit-) zu gestalten, Neues zu schaffen, als einzelner Mensch oder gemeinsam mit anderen „Formen der Weltgestaltung“ (Orth, I. & Petzold, H.G., 1996, S. 95) zu finden, zu den Grundantrieben, die für jedes Kind charakteristisch sind.

Für ihre Entwicklung ist deshalb wichtig, diesen Grundbedürfnissen nachkommen zu können und fundamentale Lebenskompetenzen wie Kreativität, exekutive Kontrolle, soziale und emotionale Kompetenzen, Resilienz, innere Stärke am eigenen Leib und mit allen Sinnen selbst zu erfahren und die Gelegenheit zu bekommen, ihre Verbundenheit mit der Welt im Miteinander mit anderen (Menschen, Tieren, Pflanzen und Dingen) in einem förderlichen Umfeld zu erfahren (vgl. Renz-Polster & H., Hüther, G., 2016).

Psychologische Befunde belegen seit Jahren die positive Wirkung der Gegenwart von Natur auf die mentale, physische und soziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Natur fördert ihre Motivation, zu entdecken und stimuliert Lernprozesse. Selbst- und Sozialkompetenzen, Sprach- und Sachkompetenz können gefördert werden, sowie die Fähigkeit, sich selbst, andere und anderes zu erkunden und in ihrer Vielfalt und Andersheit wahrzunehmen und zu erleben. Eingebunden in die Natur, können sie so naturgemäß ihre Wurzeln entwickeln und kraftvoll werden lassen. Wurzeln, die sie benötigen, um zu wachsen und zu gedeihen und ihr Sein, das im Werden ist, zu verleblichen (embodiment) und in der Welt gut verwurzelt zu „stehen“.

Ein Garten als sicherer Ort zum Wachsen, Werden und Sein

Diese Möglichkeit anzubieten, geflüchteten und migrierten Kindern und Jugendlichen neben der sprachlichen Förderung die unterstützenden und heilsamen Kräfte der Natur zugutekommen zu lassen und sie auf ihrem Weg der „Neu-Beheimatung“ mit Unterstützung von bedeutsamem sinnlich Erlebtem zu begleiten, war unser Anliegen.

Der Ansatz des ganzjährig durchgeführten, über mehrere Jahre angelegten Projektes einer „Grünen Begleitung“ lag und liegt nach wie vor darin, die Kinder und Jugendlichen in persönlichen, lebensbestimmenden Belastungssituationen, bei Problemen und Herausforderungen zu begleiten und ihnen mit ressourcen- und potential-orientierten Verarbeitungs- und Bewältigungshilfen zur Seite zu stehen, ohne dass dafür Psychotherapie indiziert oder zwingend notwendig wäre. Die Umsetzung bedeutete allerdings: Wir brauchten einen Garten als geschützten Ort, an dem Integration,



Entwicklung und Wandel geschehen konnten. Doch wie sollte das funktionieren, in der Innenstadt, auf dem Schulareal, dessen Boden gepflastert und zum Teil betonierte und den Blicken von außen ausgesetzt war? Besonders im Hinblick auf diejenigen Kinder und Jugendlichen mit Fluchterfahrung sollte der Garten ein geschützter, sicherer Ort sein, ein Safe Place. So fiel die Wahl auf einen Innenhof, der an die Schulbücherei angrenzte, die den Kindern und Jugendlichen aus dem Lesementoring vertraut war. Der helle, unter freiem Himmel liegende Patio sollte unser „Gartenzimmer“ werden. Doch hier gärtnerisch zu arbeiten, mit einem Boden aus Waschbetonplatten, ohne Erde, ohne Bäume? Die Lösung war schnell gefunden:

Ein farbenfroher Topfgarten zum Aufblühen

Die „Grüne Begleitung“ sollte in Form eines Topfgartens erfolgen. Der Patio eignete sich hervorragend als Möglichkeitsraum. Gemischtaltrige Gruppen von 6 - 8 Kindern und Jugendlichen wurden gebildet, die sich jeweils einmal wöchentlich nachmittags zusammenfanden und die Planung in Gesprächen vorbereiteten. Die Kinder und Jugendlichen äußerten ihre Wünsche in Bezug auf die Gestaltung des Gartenzimmers und die Auswahl von Pflanzen. Erinnerungen an heimatische Landschaften, Gärten und Parks, in denen sie sich aufgehalten hatten oder in denen sie auch mit-helfen mussten, wurden lebendig, manchmal geteilt. Worte des Ausdrucks wurden gesucht und gefunden, Bilder gemalt, Collagen angefertigt, Fotografien von Landschaften, Pflanzen aus den Herkunftsländern mitgebracht und Geschichten erzählt, die auch dem Ausdruck von Verlusten und Trauer Raum boten und Tröstung erfahren ließ.

In ko-kreativer Zusammenarbeit mit Jugendlichen aus der Holzwerkstatt der Schule wurden bunte Tische und Sitzgelegenheiten aus Paletten gefertigt. Dann zogen Terracottatöpfe in unterschiedlichen Größen und Formen in das Gartenzimmer ein, die wir als bepflanzte Raumteiler nutzten und mit Zwergobstbäumen und Beerensträuchern zum Naschen bepflanzten. Mit ihren Blüten, Düften und Farben ziehen sie ganz unterschiedliche Insekten an. Die Unterteilung bietet Struktur, schützt vor fremden Blicken und sorgt für Geborgenheit und eine entspannte Atmosphäre. Der Topfgarten bietet eine Fülle von Gestaltungsmöglichkeiten. Es wurde ausprobiert, Probe gegessen, umgestellt, bis alle zufrieden waren.

Ein Gestaltungsraum für Entfaltung, Wandlung

Naturerfahrungen sind sinnliche Erfahrungen. Ein wesentliches Ziel stellte die multiple Stimulierung der Sinne dar, die auf direkte oder indirekte Weise erfolgte. Im weiteren Verlauf stellten die Kinder und Jugendlichen Töpfe mit Kräutern und Blumen zu den Sitzgelegenheiten, experimentierten mit unterschiedlichen Obst- und Gemüsesorten wie Erdbeeren, Tomaten, Gurken, Chili, Paprika, Auberginen, Möhren, Salaten, Frühlingszwiebeln, Kräutern, Erbsen, Zucchini, aus Kernen selbst gezogene Zitruspflanzen.

Der größte Topf wurde mit einem Hartriegel mit rotholziger Rinde bepflanzt und mit Holzwohle abgedeckt – und von einem Rotschwänzchen als Brutplatz entdeckt. Über die Zeit brütete es drei Küken aus, die es dann nach ihren ersten Flugversuchen auch schafften, diesen geschützten Raum zu verlassen und in die Freiheit auszufliegen. Ein Beispiel, an dem die Kinder miterleben konnten, dass man auch an ganz ungewöhnlichen Orten aufwachsen, den geschützten Raum verlassen und sich in die Freiheit aufschwingen kann...

Doch es blieb nicht bei den großen und raumteilenden Töpfen mit den Zwergobstbäumchen. Jedes Kind schuf und pflegte sein eigenes Gärtchen. Dazu nutzte es eine Spankiste, deren Außenseiten es gestalten und mit Acrylfarben nach Herzenslust bemalen konnte. Über die Vegetationszeit hinweg entstanden viele bunte Miniatur-Gärtchen, die die Kinder pflegten und hüteten. Stecklinge und vereinzelte Setzlinge wurden eingepflanzt und machten erlebbar, dass die Pflänzchen, einmal aus ihrem ursprünglichen, vielleicht sogar als beengend empfundenen Umfeld herausgenommen und in einen neuen „Lebensbereich“ eingepflanzt, sich viel mehr Raum nehmen und sich bei entsprechender Pflege wunderbar entwickeln konnten. Sie lernten die Bedürfnisse der unterschiedlichen Pflanzen kennen und zogen Schlüsse auf ihre eigenen Bedürfnisse und ihr eigenes Wohlergehen.

Wir Menschen sind aus der Natur hervorgegangen, sind Teil davon und waren von Beginn an geprägt vom

Bewusstsein der Ko-Existenz allen Seins, d.h. Teil des Gesamten und in die Natur eingebettet (embedded) zu sein. Dieses Bewusstsein gilt es zu fördern und zu stärken. Durch die Beschäftigung mit den Pflanzen und Vegetationszyklen im Laufe der Jahreszeiten, durch kreative sinnstiftende Gestaltung des Gartenzimmers können die Kinder und Jugendlichen Verbundenheit am eigenen Leib und mit allen Sinnen erleben und gleichzeitig wahrnehmen und erkennen, dass alles Leben Wandel bedeutet.

Die vier **Basisprinzipien** der Integrativen Therapie dienen als Leitlinien in der „Grünen Begleitung“, indem die Kinder und Jugendlichen **sich selbst zum Projekt** machen, sie darin bestärkt werden, **um Hilfe zu fragen**, wenn sie sie benötigen (und Hilfe zu geben, wenn sie darum gebeten werden) und lernen, **Gelegenheiten als Chancen** wahrzunehmen und zu nutzen. Wir Menschen haben seit jeher die Fähigkeit, uns Entwicklungsmöglichkeiten und Zukunftsaussichten vorzustellen, sie einzuschätzen und zu bewerten und Zukunft zu antizipieren (vgl. Clausen, L., 1976). Grund genug, besonders die Jugendlichen zu unterstützen, **ihrem Gehirn, ihrer Vernunft und ihrem Leib zu vertrauen**.

Die „Grüne Begleitung“ ermöglicht **Enlargement** (Weitung des Erfahrungshorizontes), **Enrichment** (Bereicherung), **Empowerment** (Ermächtigung) und führt zu **Self-Empowerment** (Selbstermächtigung). Das Erleben ihres Entwicklungsprozesses in einer Solidargemeinschaft, Bewusstseinsarbeit, Sozialisation und Nachsozialisation, Ökologisation und Nach-Ökologisation, Erlebnisaktivierung und Kreativitätsförderung sind Wege der Heilung und Förderung, die wir durch die Methode der Integrativen Garten- und Landschaftstherapie in diesem Projekt erfolgreich anwenden, um die Kinder und Jugendlichen mit Flucht- und Migrationserfahrung auf ihrer aktuellen Wegstrecke zu stützen, zu fördern,

zu nähren und zu stärken und sie ermächtigen können, ihren Lebensweg zuversichtlich und vertrauensvoll weiterzugehen.

Literaturhinweise

- Clausen, L. (1979). Jugendsoziologie. Kohlhammer: Stuttgart.
- Henkel, J., Neuß, N. (2018). Kinder und Jugendliche mit Fluchterfahrungen. Pädagogische Perspektiven für die Schule und Jugendhilfe. Kohlhammer: Stuttgart.
- Orth, I., Petzold, H.G. (1996). Zur Anthropologie des schöpferischen Menschen. In: Integration und Kreation, Bd. 1, 2. Auflage. Junfermann: Paderborn.
- Renz-Polster, H., Hüther, G. (2016). Wie Kinder heute wachsen. Natur als Entwicklungsraum. Beltz: Weinheim, Basel.

Autor:in



Marina Raffaella Cerea ist Integrative Kunst- und Kreativitätstherapeutin und Integrative Garten- und Landschaftstherapeutin. Sie verbindet diese beiden Methoden in der

Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in eigener Praxis. Als Dozentin für Garten- und Landschaftstherapie engagiert sie sich in der Weiterbildung von Garten- und Landschaftstherapeut:innen und bietet Supervision für Menschen dieser Berufsgruppe an. Sie ist im Beirat der GGuT (Gesellschaft für Gartenbau und Therapie e.V.) und Vorstandsmitglied der Internationalen Gesellschaft Gartentherapie (IGGT), Sektion International. Im Juni 2026 startet das nächste Curriculum Integrative Garten- und Landschaftstherapie IGLT an der EAG – FPI in Hückeswagen.



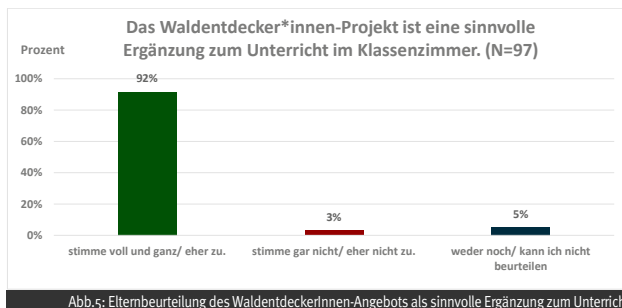
© Marina Raffaella Cerea



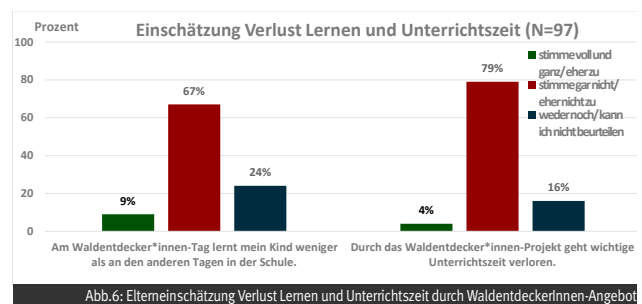
Die "Wald-EntdeckerInnen", Teil 2

Das Projekt "Wald-Entdecker:innen" der Stadt Marburg (Hessen) denkt Lern- und Bildungsprozesse erweitert. In 3 Teile gegliedert, bringen wir in den Ausgaben 1-3/25 die Erkenntnisse einer Begleitstudie zu den naturbezogenen Bildungsprozessen im Grundschul-Ganztag.

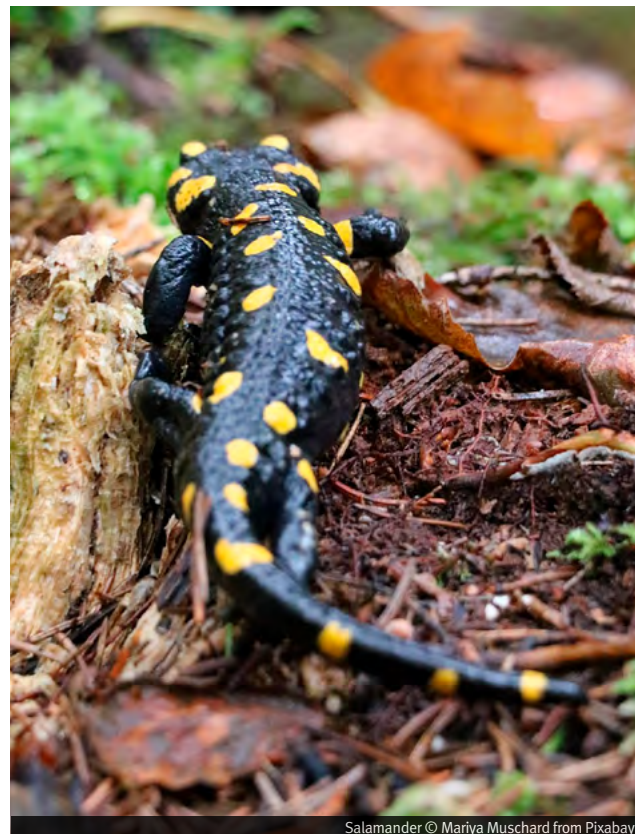
Bei der Befragung der Eltern zu den WaldentdeckerInnen aus drei Marburger Grundschulen der Klasse 1 und 2 wurden alle 7 Pilotklassen zusammen ausgewertet, an denen insgesamt 97 Eltern(teile) teilgenommen haben. Eine soziale Erwünschtheit der Antworten auf dem Fragebogen ist nicht auszuschließen, da trotz Anonymität die Fragebögen über die Schule eingesammelt wurden. Die in Anlehnung an Armbrüster et al. (2018) gestellten Fragen an die Eltern zielten neben der Zufriedenheit und der Bewertung der Unterrichts-Waldzeit im Kontext Schule auch auf die wahrnehmbaren Effekte zu Hause. Die Fragen wurden auf einer 5er Skala bewertet (1 „stimme voll und ganz zu“, 2 „eher zu“, 3 „weder noch zu“, 4 „eher nicht zu“, 5 „gar nicht zu“) und um die 6. Antwortmöglichkeit „kann ich nicht beurteilen“ erweitert. Die große Mehrheit mit 86% der Eltern sind sehr/ziemlich zufrieden mit dem WaldentdeckerInnen-Angebot. Nur 4% (entspricht 4 Elternrückmeldungen) sind sehr/ziemlich unzufrieden. 9 Elternteile sind neutral. Dabei geben ca. 9 von 10 Eltern an, dass das WaldentdeckerInnen-Projekt eine sinnvolle Ergänzung zum Unterricht im Klassenzimmer ist.



Es gibt nur sehr wenige Eltern, die durch das WaldentdeckerInnen-Angebot einen Verlust von Unterrichtszeit und Lernen ausmachen, ca. 2/3 bzw. 4/5 sehen dies nicht so, wobei ca. 1/4 der Eltern dies nicht genau beurteilen können, insbesondere was die Kinder in der WaldentdeckerInnen Zeit lernen.



Ca. 8 von 10 Eltern wünschen sich, dass das WaldentdeckerInnen-Angebot in der nächsten Klasse weitergeführt wird und dass das WaldentdeckerInnen-Angebot ein fester Bestandteil der Schule sein sollte.





Interessant ist, dass, durch das WaldentdeckerInnen-Projekt angestoßen, jede fünfte Familie auch im Alltag mehr in die Natur geht. Auf die Frage, ob die Kinder am WaldentdeckerInnen-Tag anders nach Hause kommen als sonst, antworteten ca. die Hälfte der Eltern, dass die Kinder am WaldentdeckerInnen-Tag ausgeglichener, körperlich ausgepowert, dreckiger, fröhlicher, mit mehr Energie und mit mehr Berichten vom Schultag nach Hause kommen als sonst, bei der anderen Hälfte der Kinder ist kein Unterschied auszumachen. Auf die offene Frage, was den Eltern am WaldentdeckerInnen-Angebot besonders gut gefallen hat, lassen sich wieder einige Überkategorien ausmachen, in der nach Häufigkeit genannten folgenden Reihenfolge: Besonders gut gefallen hat den Eltern, dass die Kinder die Natur praxisnah im Unterricht kennenlernen (Wald, Insekten, Vögel etc.) und sich über das Entdecken, Erkunden und Erforschen des Waldes Wissen über Natur aneignen. Dazu schätzen sie das (freie) Spielen mit Naturmaterialien, in dem die Kreativität und Fantasie angeregt wird, sowie das Erleben der Jahreszeiten und die Vermittlung von Freude in der Natur. Dazu wird positiv erwähnt, dass die Bewegung an der frischen Luft angeregt wird und dass eine Abwechslung und ein Ausgleich zum Unterricht im Klassenraum und dem sonstigen Schul- und Lernalltag an einem außerschulischen Lernort erfolgt. Auch wird die Verknüpfung von Natur und regulärem Unterrichtsstoff (Mathe, Deutsch, Sachunterricht) positiv hervorgehoben. Einige Eltern hono-

rieren zudem, dass im Rahmen der WaldentdeckerInnen-Zeit eine Stärkung der Klassengemeinschaft und ein größerer Zusammenhalt unter den Kindern entstanden ist, mit einem besseren Umgang miteinander und der Möglichkeit, neue Freundschaften zu schließen. Mehrere Eltern würdigen zudem, dass die Kinder bei jedem Wetter über das ganze Jahr draußen sind. Nicht zuletzt wird von einigen Eltern positiv zurückgemeldet, dass die Kinder den Umgang mit der Natur lernen, also ein Bewusstsein für Naturschutz entwickeln und mit der Natur verbundener sind. Ein Zitat, welches viele dieser positiven Rückmeldungen zusammenfasst:

„Dass sich die Kinder viel bewegen und Raum für kreatives Spielen und Entdeckungen ist. Natur als Spiel- und Lebensraum (wieder-) entdecken. Ich denke das ganze fördert auch soziale Fähigkeiten und einer Entfremdung der Natur wird entgegengewirkt.“

Mir hat auch gefallen, dass sie bei jedem Wetter rausgehen. Tolles Projekt!“

Pädagogische Fachkräfte: Expert:innen-Interviews

Es wurden insgesamt 6 Personen, jeweils eine Lehrkraft und eine pädagogische Begleitung des Ganztagsangebotes von den drei beteiligten Grundschulen befragt, im Folgenden gemeinsam als „pädagogische Fachkräfte“ betitelt. Zur Frage, was die Kinder bei den WaldentdeckerInnen lernen, konnte zunächst das übergeord-

nete Ziel aller pädagogischen Fachkräfte ausgemacht werden, den Kindern Naturerfahrung zu ermöglichen und eine Naturverbindung herzustellen. Die pädagogischen Fachkräfte gehen davon aus, dass die Kinder für eine gesunde Entwicklung Naturerfahrungen brauchen. Sie sollen den Wald als Raum für spannende Entdeckungen, aber auch als Ort für Erholung, Rückzug und Auftanken kennenlernen. Gleichzeitig möchten die Fachkräfte eine Erweiterung der Welt- und Lebenserfahrung durch die besonderen Möglichkeiten des Waldes anstoßen:

„Ja, die Naturerfahrungen sind ja riesig. Also wie es sich anfühlt, wenn ich über den Boden gehe, wenn er matschig ist, wenn er rutschig ist, über nas-ses Holz gehe, ähm, mich dreckig zu machen, wie es riecht.“

Auch wird das Lernen im außerschulischen Lernort Natur als Auftrag der Schule und Gegengewicht zur vermehrt digitalisierten Kinderwelt gesehen und z.T. auch als Kompensation von zu wenig Möglichkeiten der Naturerfahrungen auf dem Schulgelände. Naturerleben erfahrbar zu machen, wird in diesem Zusammenhang auch dadurch motiviert, dass viele Kinder zu Hause nicht (mehr) die Möglichkeit dazu haben. Hier könnte möglicherweise auch eine Entlastung für die Eltern entstehen. Ein wichtiges Motiv für die pädagogischen Fachkräfte ist es, den Kindern die Wertschätzung und die Achtsamkeit für Natur und Naturschutz weiterzugeben. Hier ist der große Wunsch, den Kindern eine Be-

ziehung zur Natur zu vermitteln, mit dem Ziel, sie zum Umweltschutz und einer nachhaltigen Lebensweise zu motivieren.

„Na ja, die Kinder haben ja heute viel von dem. Vom Gegenteil sozusagen, sind viel drinnen, sind viel mit Technik und Digitalem beschäftigt. Und ich glaube schon, dass das (...) essenziell ist, dieses Erlebnis in der Natur zu kennen und zu haben, um ... in der zukünftigen Welt zurechtzukommen oder so auf der Erde zu leben, dass wir sie auch noch in ein paar 100 Jahren haben“

Die Erreichung dieser Ziele zeigt sich in den wahrgenommenen Veränderungen über die WaldentdeckerInnen-Zeit: Nach Aussagen der päd. Fachkräfte bekommen die Kinder einen besseren Blick für Naturphänomene (z.B. Veränderungen über die Jahreszeiten), sie werden neugierig auf die Naturphänomene, laufen mit offenerem Blick durch die Natur und stellen viele Fragen. Es wird geäußert, dass fast alle Kinder das Draußen-Sein in der Natur und im Wald als etwas Schönes erleben und anfängliche Abneigungen, Vorbehalte oder auch Ekel, vor z.B. Krabbeltierchen (Käfer, Zecken, Asseln, Spinnen, etc.), geringer geworden ist. Der selbstverständlichere Umgang mit dem Naturraum, zeigt sich auch darin, dass die Kinder vermehrt auch waldtypische Gefahren erkennen können, also z.B. Totholz in den Bäumen als Gefährdung beurteilen oder dass das Unbehagen bei regnerischem Wetter und die Angst vor Verschmutzung der Kleidung, Matsch



Moos © Lunisa from Pixabay



und Lehm ihnen nicht mehr so viel ausmacht. In der Entwicklung innerhalb des Projektzeitlaufs wird den Kindern ein vorsichtigerer Umgang mit der Natur attestiert. Die Naturverbundenheit, das Verantwortungsgefühl und die Sensibilität und Achtsamkeit für Tiere und Pflanzen sind im Laufe des Jahres deutlich gestiegen.

„... naja, sie gehen vorsichtiger mit vielen Sachen um (...) Am Anfang war es vielleicht so, dass sie Stöcke genommen haben und dann auch Blätter einfach so weggehauen haben. Macht ja auch Spaß. Kann man ja auch mal machen. Aber nicht jetzt einfach so willenlos. Oder Tiere einfach aus ihrem Lebensraum rausnehmen und „ach, nehme ich jetzt mal mit und kann ich ja irgendwo wieder hintun nachher.“ Also da sind die schon ziemlich geschult jetzt drin, dass sie auch Rücksicht nehmen auf Pflanzen, auf Tiere und überhaupt auf die Natur.“

Es konnte u.a. erreicht werden, dass die Fremdheit von der Natur überwunden wurde, Hemmnisse abgenommen haben und der Waldraum vertrauter und selbstverständlicher geworden ist. Dies zeigt sich auch dadurch, dass die Kinder sich selbstständiger und weiträumiger im Wald bewegen. Und nicht zu vergessen, auch die päd. Fachkräfte berichten von einer intensivierten Naturverbundenheit durch das WaldentdeckerInnen-Projekt. Die Kinder lernen sehr viel bei den WaldentdeckerInnen. Hier ist aber differenzierter auszumachen, in welchen Bereichen sie eigentlich Wissen aneignen oder

auch ihre Persönlichkeitsentwicklung gefördert wird. Die Fragen, welche sich dahinter verbergen, sind die, ob die Zeit im Wald als gleichberechtigte Unterrichtszeit gesehen wird oder für welche Art von Lernen und Bildung die Schule eigentlich verantwortlich ist. Um sich dieser Frage zu nähern, wurden die päd. Fachkräfte danach befragt, was sie unter Bildung und Lernen verstehen:

„Na ja, Bildung ist für mich ein bisschen größerer Begriff als Lernen. Aber Lernen bezieht sich jetzt mehr auf die fachlichen Inhalte, die man so abprüfen kann.“ ... „Ich würde erst mal sagen, Bildung ist etwas, das tiefer sitzt, was grundlegender ist. Und Lernen ist etwas, das stärker über den Kopf geht. Aber ja, was mit Wissen zu tun hat.“

Hier zeigt sich schon in Ansätzen der ambivalente Blick auf das, was die WaldentdeckerInnen-Zeit bieten kann, nämlich die Aneignung von Wissen, eher als Lernen verstanden auf der einen Seite und ein darüber hinausgehender Begriff einer größeren, grundlegenden und tiefergehenden Bildung der Persönlichkeit auf der anderen Seite. Die mögliche Bandbreite der vermittelten Inhalte bei den WaldentdeckerInnen reicht im Unterrichtsspektrum von Deutsch, Mathe, Sport, Musik und Kunst, bis hin zum vorrangig sich anbietenden Sachunterricht. Hier entdecken die Kinder den Wald nicht nur als Abenteuer Raum, sondern sie können auch verstehen, wie das ökologische System funktioniert

oder welche Tiere und Pflanzen sich wie verhalten. Hier geht es vorrangig darum, den Lebensraum Wald kennenzulernen und zu verstehen. Dabei ist das Ziel, die Neugierde der Kinder zu fördern und sie intrinsisch zu motivieren, sich ein Wissen über Tiere und Pflanzen anzueignen. Dies meint beispielsweise, Vogelstimmen oder Bäume differenziert zu erkennen und die Komplexität des Ökosystems Wald zu erfassen, dessen Bausteine die Kinder kennen müssen, um es wahrnehmen und verstehen zu können. Gerade das Wissen über die Vielfalt und Unterschiede kann als Grundlage dienen, die Natur und den Wald intensiver kennenzulernen:

„... also sie lernen unheimlich- sie haben unheimlich viel Wissen auch dazugelernt, weil wenn wir dann im Wald stehen und uns über bestimmte Sachen unterhalten, dann entdecken sie auch „Der Baum hat schon Blätter, der noch gar nicht.“. Also so war das jetzt im Frühling, wo wir dann gesagt haben, ja, woran liegt das denn? Also, dass wir so auch mit den Kindern ins Gespräch gehen.“

Neben der Vermittlung von umfangreichem Wissen im und über den Naturraum merken die päd. Fachkräfte darüber hinaus an, dass die WaldentdeckerInnen-Zeit einen wichtigen Beitrag, vor allem im sozial-emotionalen Bereich, zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen kann:

„Der sozial-emotionale Bereich, glaube ich, ist sehr da haben sie unheimliche Fortschritte gemacht. Jetzt sage ich mal, neben dem Wissenszuwachs, den Sie auch noch zum Thema Wald bekommen, aber ich glaube, der sozial emotionale ist echt extrem. Also noch mal anders als in der Schule und in der Klasse.“

„Ich finde es ganz wichtig, dass die Kinder in der Grundschule nicht nur lesen, schreiben, rechnen lernen, sondern es gehört auch ganz viel soziales Lernen dazu. Und ich finde, dass da der Wald auch eine gute Möglichkeit dafür ist.“

Darüber hinaus wird ein ganzes Bündel an außerschulischen Kompetenzen genannt, welche die Kinder entwickelt haben, z.B. an körperlich-motorischen Fähigkeiten, sich kleinen Unsicherheiten und Abenteuern auszusetzen oder mit den Widrigkeiten der Natur umzugehen, in denen die Konsequenzen ihres Handelns nicht zwischenmenschlich beurteilt werden, sondern durch direkte Handlungserfahrungen erlebbar sind, z.B. beim Einsturz einer Hütte bei ungenügendem Bau oder nassen Füße bei schlechtem Schuhwerk oder unachtsamen Gang durch Pfützen etc. Dieses Bündel an Kompetenzen kann einem transformatorischen Bildungsbegriffs zugeordnet werden, bei denen tiefergehende Erfahrungen die ganze Person betreffen und eine langfristige Wirkung auf Persönlichkeitsvariablen haben. Hier geht es um die Bildung einer reifen Persön-

lichkeit oder in Kompetenzen ausgedrückt, um „Future Skills“ oder zukunftsweisende Schlüsselqualifikationen. Future Skills sind als Kompetenzen definiert, die es den Kindern ermöglichen, die Initiative zu ergreifen, ins Handeln zu kommen und komplexe Probleme selbstorganisiert zu lösen. Dazu braucht es natürlich Wissen, aber eben auch andere Kompetenzen, wie z.B. Kommunikationsfähigkeit, Reflexionskompetenz, Entscheidungskompetenz, Ambiguitätskompetenz, Digitalkompetenz etc. Insbesondere im Wald umsetzbar sind zudem die Lernkompetenz, die ethische Kompetenz, die Kooperationskompetenz sowie – beispielhaft erläutert – die Selbstwirksamkeitskompetenz, bei der es darum geht, dass die Kinder sich Dinge zutrauen und die Erfahrung machen, mit den eigenen Fähigkeiten und Ressourcen etwas bewirken zu können („Ich kann das, ich schaffe das“):

„... und, das ist bei einigen, die vielleicht so vorher mal gesagt haben „oh, das kann ich nicht oder weiß ich nicht, wie das geht“, dass sie mehr Selbstvertrauen bekommen haben in jeglicher Hinsicht. Sei es eine Spinne anzufassen oder zu fangen oder nicht gleich los zu schreien, wenn eine Zecke auf dem Arm ist. Wie vom Baum springen oder auf einen Ast klettern ...“

Literaturhinweise

Armbrüster, C., Gräfe, R., Haring, M., Sahrakhiz, S., Schenk, D., Witte, M.D. (2018). Forschung zur Draußenschule im Modellprojekt `Schulwandern`. In: Armbrüster, C. et al. (Hrsg.). Draußenschule. Eine Handreichung. Schneider Verlag Hohengehren, Baltmannsweiler, S. 82-106.

Info zum Artikel

Dieser Beitrag stellt den 2. Teil einer dreiteiligen Reihe dar. Teil 1 finden Sie in [Ausgabe 1/25](#) auf den Seiten 20-23. Der dritte und letzte Teil wird in Ausgabe 3/25 erscheinen.

Autor:in



Dr. phil. Thorsten Späker ist Motologe, Wildnislehrer und wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Sportwissenschaft und Motologie der Universität Marburg. Einer seiner Arbeits- und Forschungsschwerpunkte liegt in der Bedeutung von Naturerfahrungen für die menschliche Entwicklung und Gesundheit. spaekert@staff.uni-marburg.de



Sprachbildung im Waldkindergarten

Der Bildungsbereich Sprache ist in der Pädagogik der frühen Kindheit seit einigen Jahren von grosser Bedeutung, weil diesem eine entscheidende Rolle im Hinblick auf Chancengleichheit und Bildungsgerechtigkeit zugeschrieben wird.

Zahlreiche Bundes- und Länderprogramme sowie Initiativen wie z. B. Sprach-Kitas, Bildung und Sprache durch Schrift (BiSS), Sprachentdecker, Sprachförderung SPATZ oder Kolibri unterstützen die Sprachbildung in Kitas. Im folgenden Beitrag werden vorhandene empirische Studien zur Sprachentwicklung im Waldkindergarten vorgestellt. Diese Studien untersuchen die Sprachentwicklung entweder indirekt (Gorges, 2002; Häfner, 2002; Huppertz, 2004; Birk, 2020) oder explizit, z. B. mittels eines Testverfahrens (Späker, Horn, Lipinski, Ried & Birk, 2018).

Stand der Forschung zum Bildungsbereich Sprache in Waldkindergärten

Gorges (2002) befragte Lehrkräfte, die eine erste Klasse unterrichten, zu unterschiedlichen Verhaltens- und Lernbereichen. Dabei wurden 37 Kinder, die vor ihrer Schulzeit einen Waldkindergarten besuchten, im Vergleich zu ihren Mitschüler:innen aus anderen Kindergartenrichtungen in zwölf Bereichen eingeschätzt. Insgesamt fielen die Bewertungen der Kinder aus Waldkindergärten in 9 von 12 Bereichen deutlich besser aus. Zum Umgang mit Sprache erfasste Gorges folgende Bereiche: konstruktive Beiträge zum Unterricht, Fortschritte im Leselehrgang und Fragen/Interesse am Unterricht. In diesen Bereichen fielen die Bewertungen besonders gut aus. Am besten wurden die Fortschritte im Leselehrgang eingeschätzt (Gorges, 2002, S.15ff.). Dabei erreichten die Waldkindergartenkinder Rang 2 und wurden somit im Schnitt um 0,76 Punkte besser geschätzt als ihre Mitschüler:innen. 9 der 37 Kinder wurden damit mit dem Maximalwert +2 bewertet (ebd.). In konstruktiven Beiträgen zum Unterricht lag der Schätzwert bei 0,59. Dies entsprach Rang 4 der 12 erfassten Bereiche. Auf Rang 5 landete der Bereich Fragen/Interesse am Unterricht. Dabei lag der Schätzwert immer noch bei 0,57 Punkten (ebd.).

Häfner untersuchte 2002 die Schulfähigkeit von Kindern aus Waldkindergärten (n=230) im Vergleich zu Kindern aus Regelkindergärten (n=114). Dabei befragte er 103 Lehrkräfte aus acht Bundesländern (Häfner, 2002, 99f.). Dabei mussten die Lehrkräfte zu verschiedenen Items, wie z. B. „Kind drückt sich sprachlich treffend aus“, eine Bewertung anhand einer Notenskala von 1 (bester Wert) bis 6 (schlechtester Wert) für jedes Kind vornehmen. Bei dem Item „Kind drückt sich sprachlich treffend aus“ schnitten die Kinder aus einem Waldkindergarten (2,1) statistisch signifikant besser ab als die Kinder, die zuvor einen Regelkindergarten (2,48) besucht hatten, sodass deutlich wird, dass die Lehrkräfte die Kinder aus Waldkindergärten im sprachlichen Ausdruck deutlich besser einschätzen. Bei dem Item „Beurteilung des Kindes im Leseunterricht“ wiesen die Kinder aus Waldkindergärten (2,1) etwas bessere Mittelwerte auf als die Kinder aus Regelkindergärten (2,26) (Häfner, 2002, S.124, S.127f.).

Huppertz (2004) befragte 98 Waldkindergarten-Pädagog:innen nach Zielen und Werten des Waldkindergartens. Die erste relevante Frage für den Bereich Sprachentwicklung lautet: Für welche Bereiche – im Hinblick auf das Kind – ist der Waldkindergarten ihrer persönlichen Meinung nach besonders geeignet? Dabei wurde die Sprachentwicklung mit lediglich 8,2% der Nennungen (Mehrfachnennungen möglich) auf Rang 8 von 14 bewertet. Die Pädagog:innen nannten die Bereiche „Motorische Entwicklung“ (57,1%) und „Soziales Lernen“ (41,8%) als wichtigste Ziele des Waldkindergartens (Huppertz, 2004, S.30). Bei der Frage „Welche Fähigkeit brauchen Kinder Ihrer Meinung nach für die Zukunft am dringlichsten?“ landeten die Bereiche Soziale Kompetenz (90,5%), Selbstwertgefühl (65,3%) und Aufgeschlossenheit (23,2%) auf den ersten drei Rängen. Ansonsten schrieben die Pädagog:innen (n=95) aus dem Waldkindergarten dem Bereich Sprache keine große Bedeutung für die Zukunft der Kinder zu (Huppertz, 2004, S.39). Als nächstes wurde die Ge-



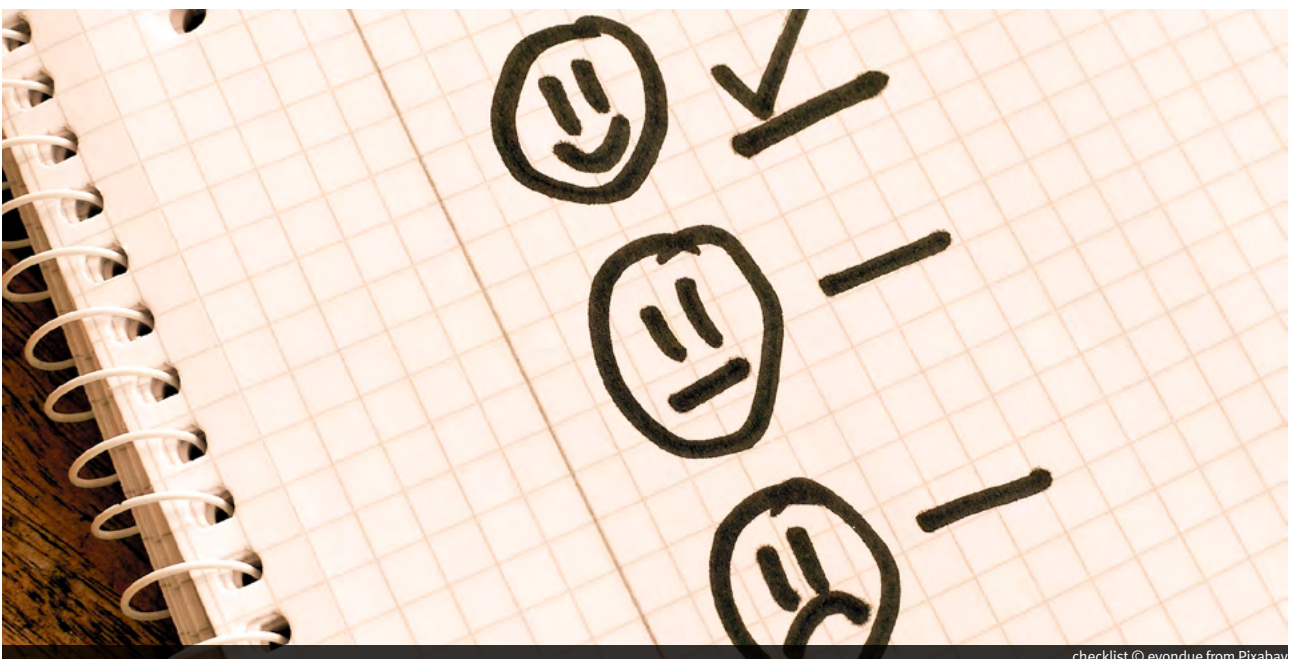
wichtung der Bildungsbereiche bei den Pädagog:innen (n=102) abgefragt. Auf den ersten Rängen landeten Sozialerziehung mit einem Mittelwert von 9,66, Naturbegegnung (9,59) und Wahrnehmung (9,45). Der Bildungsbereich Spracherziehung (7,9) landete auf Rang 6 von 12 (Huppertz, 2004, S.78). Dies zeigt abermals, dass der sprachliche Bereich von den von Huppertz befragten Pädagog:innen nicht als sehr bedeutsam eingeschätzt wurde.

Bei der Studie von Späker, Horn, Lipinski, Ried & Birk (2018) nahmen 16 Kindergärten (7 Regelkindergärten, 3 Bewegungskindergärten und 6 Waldkindergärten) bzw. 150 Kinder aus Hessen teil, die schon seit mindestens einem Jahr die jeweilige Einrichtung besuchten (Späker et al., 2018, S.62). Mittels des „Entwicklungstest Sprache für Kinder von 4 bis 8 Jahren“ (ETS 4 - 8) sowie eines Elternfragebogens (Krombholz, 2005) wurde u. a. der Bereich Sprache untersucht. Hierbei wurden die Kinder in Hinblick auf ihr Sprachverständnis, die Grammatik, das Erkennen von Silben und das Benennen von Farbnamen getestet. Dabei zeigte sich, dass die Kinder im Waldkindergarten in den Sprachbereichen Sprachverständnis, Grammatik und Silbenerkennen signifikant besser abschnitten als die Kinder in Bewegungs- oder Regelkindergärten (Späker et al., 2018, S.66). Diese Ergebnisse belegen, dass die Kinder aus Waldkindergärten hierbei sehr viel weiterentwickelt sind als ihre Gleichaltrigen. Bezogen auf den Untertest Farbnamen lassen sich trotz des guten Abschneidens der Kinder aus Waldkindergärten keine signifikanten Unterschiede zu den Ergebnissen der Kinder aus den beiden anderen Kindergartenrichtungen feststel-

len (ebd.). Bei der Auswertung des Elternfragebogens fällt auf, dass der Anteil der Kinder mit Deutsch als Muttersprache im Regelkindergarten deutlich geringer ausfällt als im Bewegungs- bzw. Waldkindergarten (Späker et al., 2018, S.67). Weiter finden sich Auffälligkeiten beim Bildungsabschluss von Eltern, welcher bei den Müttern und Vätern der Waldkindergartenkinder signifikant höher ausfällt (Späker et al., 2018, S.68). Birk (2020) untersuchte Unterschiede und Gemeinsamkeiten der frühkindlichen Bildung in Waldkindergärten in Deutschland (D) und Südkorea (SK). Insgesamt wurden in der Studie 84 pädagogische Fachkräfte (D: 51; SK: 33) und 314 Eltern (D: 159; SK: 155) befragt (Birk, 2020, S.195). Bei der Abfrage der drei bedeutsamsten Bildungsthemen im Waldkindergarten nennen die deutschen Fachkräfte Bewegung (78%), Spiel (76%) und Sprache (53%). In Südkorea dagegen wird Sprache lediglich von 6% der Fachkräfte als bedeutsamster Bildungsbereich angesehen. 92% der Fachkräfte in Deutschland geben an, dass sie im letzten Jahr Projekte mit dem Fokus Sprachförderung angeboten haben. 38% der Fachkräfte in Südkorea führten ein Projekt mit dem Schwerpunkt Sprache durch (Birk, 2020, S.212ff.). Abschließend berichten 35% der Fachkräfte aus Deutschland, dass der Waldkindergarten Vorteile im Hinblick auf die Sprachentwicklung bietet (Birk, 2020, S.229). Bei den südkoreanischen Fachkräften trifft dies auf keine zu. Diese Untersuchung zeigt ebenfalls, dass die Eltern der Waldkindergartenkinder einen sehr hohen Bildungsabschluss aufweisen (Birk, 2020, S.257). Eine Zusammenfassung aller Ergebnisse ist in folgender Tabelle abgebildet.

Tabelle 1: Studienergebnisse zum Bildungsbereich Sprache in Waldkindergärten

Autor:in/Schwerpunkt	Zielgruppe/Stichprobe	Forschungs- methode	Ergebnisse
Gorges (2002): Schulfähigkeit von Kindern, die einen Waldkindergarten besucht haben.	Lehrkräfte (erste Klasse); 37 ehemalige Waldkindergarten-Kinder, im Vergleich zu ihren Mitschüler:innen	Fragebogen	Die Lehrkräfte bewerten Kinder, die einen Waldkindergarten besucht haben, bei den Fragen zu konstruktiven Beiträgen zum Unterricht, Fortschritten im Leselehrgang und Fragen/ Interesse am Unterricht im Vergleich besonders gut.
Häfner (2002) Schulfähigkeit von Kindern aus Wald- bzw. Regelkindergärten	103 Lehrkräfte aus acht Bundesländern, 230 Kinder aus Waldkindergärten und 114 aus Regelkindergärten	Fragebogen	Die Lehrkräfte geben an, dass Kinder, die einen Waldkindergarten besucht haben, signifikant bessere Ergebnisse aufweisen als Kinder, die zuvor einen Regelkindergarten besucht haben. Bei der Beurteilung im Leseunterricht weisen die Kinder aus dem Waldkindergarten etwas bessere Ergebnisse auf.
Huppertz (2004): Werte von Waldpädagog:innen	98 Waldkindergarten-Pädagog:innen	Fragebogen	Die Sprachentwicklung im Waldkindergarten im Hinblick des Kindes bzw. der Bildungsangebote hat nur wenig Bedeutung.
Späker, Horn; Lipinski, Ried & Birk (2018): Sprachentwicklung von Kindern, die einen Wald-, Regel- oder Bewegungskindergarten besuchten	1143 Kinder aus Wald-, Regel- und Bewegungskindergärten	Entwicklungs- test Sprache für Kinder von 4 bis 8 Jahren; Fragebogen	Die Kinder aus Waldkindergärten weisen signifikant bessere Werte in den Sprachbereichen Grammatik, Sprachverständnis sowie die besten Werte bei Silben erkennen auf. Bei Farbnamen erlangen sie gute Werte.
Birk (2020) Frühkindliche Bildung in Waldkindergärten in Deutschland und Südkorea	84 pädagogische Fachkräfte (D: 51; SK: 33) und 314 Eltern (D: 159; SK.: 155)	Fragebogen	In Deutschland ist der Bildungsbereich Sprache bei den Fachkräften von großer Bedeutung. In Südkorea hat Sprachförderung in Waldkindergarten kaum eine Bedeutung.



checklist © evondue from Pixabay



© romany from Pixabay

Die vorliegenden Studien zeigen, dass Kinder aus Waldkindergärten eine bessere Förderung im Bereich Sprachentwicklung erhalten als die Kinder anderer Kindergartenformen. Auch die Fachkräfte messen dem Bildungsbereich Sprache inzwischen (Birk, 2020) eine deutlich größere Bedeutung bei als 16 Jahre zuvor (Huppertz, 2004). Hierzu können auch die veränderte Aus- und Fortbildung der Fachkräfte sowie die Programme zur Sprachbildung beigetragen haben. Das gute Abschneiden der Waldkindergartenkinder im Bereich Sprache kann damit zusammenhängen, dass der Wald als Bildungsraum mit seinen zweckfreien Strukturen viele unterschiedliche Sprachanlässe bietet. Beispielsweise schaffen die vielfältigen, nicht-standardisierten Spielmaterialien immer neue Spielanregungen sowie Sprachanlässe. Zudem haben die Kinder im Wald die Chance, ohne viel Lärm zu sprechen und zuzuhören. Beachten muss man jedoch, dass im Waldkindergarten mehr Muttersprachler:innen getestet wurden und die Eltern im Mittel höhere Bildungsabschlüsse besitzen, wodurch der positive Stand der Sprachentwicklung im Waldkindergarten z.T. miterklärt werden kann. Abschließend lässt sich sagen, dass die Kinder aus Waldkindergärten neben der guten Förderung im Waldkindergarten durch gute Bedingungen im häuslichen Umfeld sehr gute Voraussetzungen für ihre Sprachentwicklung vorfinden.

Autor:innen



Prof. Dr. Frank Francesco Birk ist Professor für Soziale Arbeit und Studiengangsleiter für den Bachelorstudiengang Soziale Arbeit – Menschen mit Behinderung an

der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW), Villingen-Schwenningen.

E-Mail: frank.birk@dhw.de



Prof. Dr. Sandra Mirbek ist Professorin für Soziale Arbeit – Gesundheitswissenschaftliche und psychologische Grundlagen an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW), Villingen-Schwenningen.

E-Mail: sandra.mirbek@dhw.de

Literaturhinweise

- Birk, F. F. (2020). Frühkindliche Bildung in Deutschland und Südkorea unter besonderer Berücksichtigung der Bildungsbereiche Bewegung, Spiel und Ästhetik in Waldkindergärten. Dr. Kovac: Hamburg.
- Gorges, R. (2002). Waldkindergartenkinder im ersten Schuljahr. Eine Empirische Untersuchung. Zeitschrift für Erlebnispädagogik 22 (7/8), S.10-18.
- Häfner, P. (2002). Natur- und Waldkindergärten in Deutschland. Eine Alternative zum Regelkindergarten in der vorschulischen Erziehung. VDM Dr. Müller: Saarbrücken.
- Huppertz, N. (2004). Handbuch Waldkindergarten. Konzeption, Methodik, Erfahrung. PAIS e.V.: Oberried.
- Krombholz, H. (2005). Bewegungsförderung im Kindergarten. Ein Modellversuch. Hofmann: Schorn-dorf.
- Späker, T., Horn, J., Lipinski, K., Ried, T., Birk, F. F. (2018). Bewegung, Sprache und Resilienz in der frühen Kindheit - Eine vergleichende Untersuchung in Regel-, Wald- und Bewegungskindergärten. Motorik. Zeitschrift für Psychomotorik in Entwicklung, Bildung und Gesundheit 41 (2), S.61-69.



Abb. 1: Wortwolke Blume: zentrale Forschungsergebnisse aus den Studien



Von der Stille zum Gespräch

Friedhöfe im Wandel: Vor 100 Jahren war Frauen mit Kinderwagen der Zutritt in Zürich verboten¹ – 2023 eröffnete in Luzern das erste Friedhofscafé der Schweiz. Eine Studie untersuchte kürzlich dessen Beitrag zur sozialen Gesundheit.

Wann waren Sie das letzte Mal auf einem Friedhof? Und was haben Sie dort gemacht? Diese Fragen mögen auf den ersten Blick ungewohnt erscheinen. Doch Friedhöfe sind längst nicht mehr nur Orte der Erinnerung und Trauer. Ihre Bedeutung als Erholungs- und Naturerlebnisorte wächst, denn die zunehmende bauliche Verdichtung in Städten und der damit verbundene Verlust an Grünflächen führen zu einem steigenden Bedarf an ruhigen, naturnahen Rückzugsorten.

Gleichzeitig entstehen durch den Wandel der Bestattungsformen immer mehr freie Flächen auf Friedhöfen. Die Zahl der traditionellen Einzel- und Familiengräber nimmt ab, während Gemeinschaftsgräber und alternative Bestattungsformen zunehmen. Immer mehr Städte und Gemeinden erkennen das Potenzial von Friedhöfen als städtische Grün- und Erholungsräume und stellen sich die Frage, welche Rolle Friedhöfe in Zukunft einnehmen sollen. Wie können sie als städtische Grünflächen sinnvoll genutzt werden, ohne ihre traditionelle Funktion zu stören? Welche Beiträge können sie zu gesellschaftlichen und ökologischen Herausforderungen leisten? So auch die Stadt Luzern.

Friedhöfe im Wandel: Zwischen Tradition und neuen Nutzungsmöglichkeiten

Trotz des großen Potenzials, das Friedhöfe als Orte der Erholung bieten, gibt es Herausforderungen, die bei der Umsetzung neuer Nutzungsmöglichkeiten berücksichtigt werden müssen. Viele Friedhofsverwaltungen stehen solchen Veränderungen zurückhaltend gegenüber, da die Sorge besteht, die „Friedhofsruhe“ könnte gestört werden. Zudem zeigt sich, dass die Bedürfnisse unterschiedlicher Alters- und Nutzer:innengruppen berücksichtigt werden müssen.

Heute werden Friedhöfe mehrheitlich von älteren Menschen besucht, die dort die Gräber verstorbener Angehöriger pflegen. Gleichzeitig sind viele ältere

Menschen in der Schweiz zunehmend von Einsamkeit betroffen.² Könnte eine gezielte Gestaltung von Friedhöfen dazu beitragen, dass sie verstärkt Orte der Begegnung werden und soziale Kontakte fördern?

Und was ist mit den jüngeren Generationen? Viele von ihnen haben keinen engen Bezug mehr zur Religion und wohnen oft nicht mehr dort, wo ihre Großeltern oder andere Angehörige begraben sind. Sie meiden Friedhöfe, weil sie ihnen zu ernst erscheinen oder zu stark mit religiösen Traditionen verbunden sind, die ihnen fremd sind.³ Wie könnte man den Zugang für diese Stadtbewohner:innen verbessern und Friedhöfe als offene, lebendige Orte für alle Generationen und Kulturen gestalten, ohne dabei den pietätvollen Umgang mit den Angehörigen der Verstorbenen zu gefährden? Diese Fragen haben wir, Petra Köchli und Luca Amiet von der Forschungsgruppe Grün und Gesundheit am Institut für Umwelt und natürliche Ressourcen der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), im Auftrag der Stadt Luzern am Beispiel des Friedhofscafés Friedental näher untersucht.

Wie wir die Wirkung des Friedhofscafés untersucht haben

An zwei sonnigen Tagen im August 2024 führten wir rund zwanzig qualitative Ad-hoc-Interviews mit Friedhofs-, Grab- und Cafébesucher:innen sowie mit Quartierbewohner:innen durch.⁴

Zudem wurden zwei freiwillige Helferinnen und zwei Initiatorinnen des Cafés befragt. Ergänzend fand ein Workshop mit Vertreter:innen relevanter städtischer und kirchlicher Organisationen statt – darunter der Quartierverein, die Landeskirchen, die jüdische Religionsgemeinschaft, die Denkmalpflege, die Fachstelle Altersfragen und der Verein Luzern6oplus. So konnten verschiedene Perspektiven auf das Friedhofscafé und dessen Einfluss auf die Friedhofskultur berücksichtigt werden.



Das Café unter der Linde liegt zwischen Grabfeldern und unter einer großen Linde – ein einladender Ort zum Verweilen inmitten grüner Natur. © Petra Köchli

Da auch die Frage nach der hindernisfreien Zugänglichkeit und sozialen Inklusion von Menschen mit körperlichen Einschränkungen Teil der Untersuchung war, wurde zusätzlich ein „explorativer Rundgang“ mit einer Quartierbewohnerin im Rollstuhl durchgeführt. Ziel war es, ihre subjektive Wahrnehmung im Raum zu erfassen. Durch das gemeinsame Gehen – beziehungsweise Rollen – lassen sich sinnliche Eindrücke, räumliche Qualitäten und soziale Dynamiken besonders gut erfassen. Diese Methode eröffnet neue Einsichten, die bei klassischen Befragungen leicht übersehen würden.

Das Friedhofscfé Friedental: Eine innovative Lösung

Der Friedhof Friedental in Luzern bietet mit dem ersten Friedhofscfé der Schweiz eine mögliche Antwort auf die weiter oben genannten gesellschaftlichen und stadtplanerischen Herausforderungen.

Das „Café unter der Linde“ wurde 2023 von den Theologinnen Li Hangartner, Carmen Jud, Beata Pedrazzini und Silvia Strahm Bernet gegründet. Ziel der Initiatorinnen war es, einen Ort der Begegnung zu schaffen, an dem in ruhiger Atmosphäre Gespräche entstehen können.

Heute betreiben die Initiatorinnen das Café gemeinsam mit rund 60 freiwilligen Helfer:innen. Es befindet sich in einem noch aktiv genutzten Teil des Friedhofs, jedoch an einer Randlage mit Blick auf den Rotsee. Das Freiluftcafé umfasst drei Tische mit zwölf Sitzplätzen und ein Kaffeemobil (mobiler Ausschanktresen). Das Angebot umfasst Kaffee, nichtalkoholische Getränke

sowie selbstgebackenen Kuchen. Das Café ist von Anfang Mai bis Ende September - mit einer Sommerpause von Juli bis Mitte August - an regenfreien Tagen jeweils von Donnerstag bis Samstag von 14 bis 18 Uhr geöffnet. Die wetterbedingt wechselnden Öffnungszeiten werden vor Ort per Plakatständer am Friedhofseingang sowie online kommuniziert.⁵

Da das Café im Pilotjahr 2023 auf große Resonanz stieß, wurde die Genehmigung durch die Stadt Luzern um weitere zwei Jahre (2024/2025) verlängert. Gleichzeitig wurde eine Evaluation in Auftrag gegeben, um eine Entscheidungsgrundlage für die Zukunft zu schaffen.

Positive Auswirkungen auf die Gemeinschaft und Generationen

Die 2024 durchgeführte Evaluation des Friedhofscafés zeigte zahlreiche positive Effekte. Besonders hervorzuheben ist der soziale Nutzen für ältere Menschen. Das niederschwellige Angebot fördert spontane Gespräche zwischen den Cafébesucher:innen – auch über schwierige Themen wie Tod und Verlust. Gleichzeitig schätzen viele Besucher:innen auch die Gespräche mit den freiwilligen Helfer:innen.

Für die rund 60 Freiwilligen, von denen die meisten im Pensionsalter sind, bedeutet das Engagement weit mehr als eine Aufgabe: Es bietet die Möglichkeit, gebraucht zu werden, sich aktiv einzubringen und soziale Kontakte zu pflegen. Die gemeinsamen Arbeitseinsätze mit Menschen aus der eigenen Stadt und ähnlichem Alter sowie das jährliche Dankeschön-Treffen für alle

Helfer:innen schaffen Gelegenheiten, neue Bekanntschaften zu schließen und Freundschaften zu vertiefen. So entsteht rund um das Café ein **wertvolles Netzwerk von Beziehungen**.

Darüber hinaus hat das Café auch eine **positive Wirkung auf jüngere Generationen**. Der Friedhof wird nicht mehr nur als Ort der Stille und des Gedenkens wahrgenommen, sondern auch als Raum für Erholung und Austausch. Gerade in einer hektischen Stadt bietet das Friedhofscfé eine ruhige Alternative. Jüngere Menschen, die zuvor keinen Bezug zu Friedhöfen hatten, nutzen das Café heute zum Lesen und Entspannen und kommen dabei auch manchmal mit anderen Gästen ins Gespräch.

Barrierefreiheit und inklusive Gestaltung

Der Friedhof und das Friedhofscfé erfüllen viele wichtige Kriterien für einen hindernisfreien Zugang und eine hindernisfreie Nutzung. Besonders hervorzuheben ist das barrierefreie WC, das für Menschen im Rollstuhl einen großen Vorteil dieses städtischen Grünraums und des Cafés im Vergleich zu anderen öffentlichen Freiräumen bietet, die häufig entweder keine oder für Rollstuhlfahrer:innen nur schwer zugängliche Toiletten bieten. Allerdings gibt es auf dem Friedhof auch einige Wege, deren Nutzung mit dem Rollstuhl aufgrund fehlender Breite, natürlicher Beläge (Schotter, Gras), Stufen und Hindernissen erschwert oder sogar unmöglich gemacht wird. In diesem Bereich besteht noch Verbesserungsbedarf. Hierbei kann ein Spannungsfeld zwischen ökologischer Nachhaltigkeit (z.B. keine versiegelten Flächen) und der barrierefreien Gestaltung entstehen.



Auch Menschen im Rollstuhl sollen den Friedhof & das Café gut erreichen können © Petra Köchli

Akzeptanz in der Bevölkerung

Während es anfangs einige kritische Stimmen gab, zeigt sich mittlerweile eine breite Akzeptanz. Eine Umfrage der Friedhofsleitung ergab, dass 80% der Rückmeldungen das Friedhofscfé als Bereicherung betrachten, 5% dem Café neutral gegenüberstehen und 15% es ablehnen. Die respektvolle Umsetzung, die begrenzten Öffnungszeiten sowie der Verzicht auf Musik und Alkohol haben dazu beigetragen, dass das Café auch von Besucher:innen unterschiedlicher Religionen gut angenommen wird.

Herausforderungen für das langfristige Bestehen

Im Sommer 2024 verzeichnete das Café etwa 630 Besucher:innen. Die Nachfrage schwankt stark je nach Wetter: Bei gutem Wetter ist der Andrang hoch, bei extremer Hitze jedoch bleibt das Café oft beinahe leer. Viele befragte Friedhofsbesucher:innen und Quartierbewohner:innen kannten das Café nicht, was auf Potenzial für bessere Kommunikation hinweist. Das Café könnte bei gezielter Werbung eine höhere Besucher:innenzahl erreichen, stößt jedoch aufgrund der begrenzten Kapazität schnell an seine Grenzen. Eine Erweiterung der Sitzmöglichkeiten oder eine Verlängerung der Öffnungszeiten würde mit rechtlichen Hürden und erhöhten finanziellen Aufwänden verbunden sein, die schwer zu bewältigen wären.

Zudem stellt sich die Frage nach der langfristigen Sicherstellung der personellen Ressourcen, da die meisten Freiwilligen aus dem Umfeld der Initiatorinnen kommen und irgendwann möglicherweise nicht mehr die notwendige Energie oder körperliche Kraft aufbrin-



Eine Tafel & Webseite informieren über die aktuellen Öffnungszeiten des Cafés © Petra Köchli

gen können, um im Café aktiv zu bleiben. Trotz seiner überschaubaren Größe erfordert das Café zudem von den Initiatorinnen hohe organisatorische und administrative Leistungen sowie ein großes Engagement. Für eine nachhaltige Zukunft braucht es daher Strategien, um die Organisation zu entlasten und das Freiwilligennetzwerk zu sichern.

Der Betrieb finanziert sich durch Freiwilligenarbeit, Einnahmen aus dem Verkauf und Drittmittel. Diese stellen derzeit eine solide Grundlage dar, jedoch bleibt offen, ob Drittmittel auch langfristig zur Finanzierung des Cafés beitragen können.

Fazit: Ein Modell für die Zukunft

Das Friedhofscfé Friedental zeigt eindrucksvoll, wie Friedhöfe zu Orten der Begegnung und sozialen Interaktion werden können, ohne ihre traditionelle Bedeutung zu verlieren. Es leistet einen wichtigen Beitrag zur sozialen Gesundheit, insbesondere für ältere Menschen, und schafft einen Raum für generationsübergreifenden Austausch. Das Café trägt dazu bei, den Friedhof Friedental als grüne Oase in der Stadt stärker ins Bewusstsein zu rücken und ihn vermehrt als Erholungsraum zu nutzen – auch von jüngeren Generationen.

Diese neue Nutzung von Friedhöfen könnte als Modell für andere Städte und Gemeinden dienen, die sich den Herausforderungen einer wachsenden Stadtbevölkerung und einer alternden Gesellschaft stellen. Die Evaluation des Cafés liefert weitere wertvolle Erkenntnisse darüber, wie Friedhöfe als Orte der Ruhe, des Gedenkens und der Begegnung weiterentwickelt werden können.

Infobox 1

Möchten Sie mehr über das Friedhofscfé im Friedhof Friedental erfahren?

Hier finden Sie alle wichtigen Infos: www.friedhofscfe.ch

Literaturverweise

1. Gemäß Polizeivorschriften für den Städtischen Friedhof (1909)
2. Vgl. Pro Senectute Schweiz. Einsamkeit im Alter. Verfügbar unter: <https://www.prosenectute.ch/de/ratgeber/alltag/einsamkeit.html> (Zugriff am 1.4.2025).
3. Amie, L., Köchli, P., & van Meel, D. (2025). Evaluation des Friedhofscfés unter der Linde: Evaluationsbericht z. H. der Stadt Luzern. ZHAW. (Vertraulich. Einsicht nur auf Anfrage und mit entsprechender Genehmigung.)

4. Als Friedhofsbesucher:innen werden im Folgenden Personen bezeichnet, die den Friedhof aufsuchen, ohne ein Grab zu besuchen – etwa zum Spazieren oder Erholen. Dazu gehören auch jene, deren Angehörige zwar früher auf dem Friedhof beerdigt waren, deren Grab jedoch nicht mehr besteht, weil die Grabesruhe abgelaufen ist. Als Grabbesucher:innen werden hingegen Personen bezeichnet, die das Grab eines/r Verstorbenen besuchen. Diese Unterscheidung wird getroffen, da Grabbesucher:innen den Ort emotional anders erleben als Friedhofsbesucher:innen, die möglicherweise eher den ruhigen Grünraum genießen. Cafésbesucher:innen können beiden Gruppen angehören.

5. Siehe www.friedhofscfe.ch

Infobox 2

Der vollständige Bericht „Evaluation des Friedhofscfé“ wurde von der Stadt Luzern als vertraulich eingestuft. Die Einsichtnahme ist nur auf Anfrage und mit entsprechender Genehmigung möglich. Interessierte können sich per Mail an die Autorin wenden: petra.koechli@zhaw.ch

Autor:in



[Petra Köchli](#) ist Kulturwissenschaftlerin (BSc) und Umweltingenieurin (MSc). An der ZHAW forscht und lehrt sie zu urbanen Freiräumen und deren Bedeutung für Lebensqualität und Wohlbefinden – besonders bei älteren und benachteiligten Menschen.



Cafémobil © Petra Köchli



Naturgestützte Therapie in der Schweiz

Welche naturgestützten Therapieangebote gibt es in der Schweiz? Für wen sind diese geeignet? Und was ist naturgestützte Therapie überhaupt? Eine Semesterarbeit hat sich auf die Suche nach Therapieangeboten in der Deutschschweiz gemacht.

Wer an Therapie denkt, denkt vielleicht zunächst an eine klassische Gesprächstherapie im Rahmen einer ambulanten Psychotherapie, vielleicht an Kunst-, Ergo- oder Musiktherapie, aber an naturgestützte Therapie? Ist das Therapie in der Natur? In meiner Semesterarbeit, welche ich im Rahmen meines derzeitigen Bachelorstudiums „Umweltingenieurwesen“ an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften im Schweizerischen Wädenswil im Herbstsemester 2024/2025 verfasste, beschäftigte ich mich unter anderem mit der Frage, was naturgestützte Therapie ist und was sie nicht ist. Ziel der Arbeit war, zunächst eine Definition zu erarbeiten, um ausgehend davon eine Recherche zu naturgestützten Therapieangeboten in ausgewählten Deutschschweizer Kantonen durchzuführen.

Wie sich naturgestützte Therapie (nicht) definiert

Naturgestützte Therapie mag zunächst wie eine alternative, fernab der Wissenschaft angesiedelte Methode

anmuten, wird jedoch, abhängig von der Art der Therapie, durchaus von der Krankenkasse anerkannt. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass die naturgestützte Therapie jegliche Therapieformen umfasst, die Naturräume und / oder Tiere in das Therapiekonzept einschließen. Mögliche Ansätze sind therapeutische Angebote mit Tieren, im Wald oder auf landwirtschaftlichen Betrieben, Naturtherapie, Gartentherapie, Natur- oder Outdoor-Coaching, oder eine Kombination von stationären Aufenthalten und Arbeiten in der Natur. Klar davon abzugrenzen sind Angebote wie Homöopathie, die sich zwar die heilenden Wirkstoffe von Pflanzen im Rahmen einer Therapie zunutze machen, jedoch keine Naturräume als zentralen Aspekt des Therapiekonzeptes miteinbeziehen. Weiter wurden bei der Seminararbeit ausschließlich Therapieansätze inkludiert, deren Wissenschaftlichkeit gewährleistet ist. Letzteres war mitunter herausfordernd, da die Grenze zwischen Wissenschaft und Spiritualität bisweilen verschwimmt und nicht alle recherchierten Anbieter:innen eine klare Abgrenzung vornahmen.



© Georg Wiesinger



Naturgestützte Therapieangebote in der Schweiz

In dieser Arbeit konzentrierte ich mich auf die Kantone Zürich, Graubünden, Thurgau und Schaffhausen und suchte durch Internetrecherchen nach naturgestützten Therapieangeboten, welche der oben angeführten Definition entsprachen. Überraschenderweise fanden sich die meisten dieser Angebote im Kanton Zürich, wobei der Großteil davon in die Kategorie „tiergestützte Interventionen“ fiel. Über alle vier untersuchten Kantone zeigte sich, dass die ambulanten Therapieangebote in der Anzahl deutlich die stationären Therapien überwogen. Nicht alle der gefundenen ambulanten Angebote werden jedoch von Krankenkassen übernommen, was unter anderem zu hohen Preisen für die Selbstzahler:innen führen kann, sollte es sich um eine längerfristige Therapie handeln. Neben Angeboten mit wiederkehrenden Therapiesitzungen fanden sich aber auch zahlreiche Anbieter:innen mit einmaligen Veranstaltungen, die im Einzel- oder Gruppenset-

ting stattfinden und für das persönliche Wohlbefinden einen großen Nutzen haben können. So werden zum Beispiel zahlreiche Veranstaltungen und Kurse zum Thema Waldbaden angeboten, in denen Achtsamkeit, Entschleunigung und Stressreduktion im Vordergrund stehen. Solche Kurse können sicherlich für manch eine:n von Interesse sein, um einen Ausgleich zum stressigen Alltag zu finden. Ob diese Art der Therapie jedoch eine:n Naturtherapeutin/-therapeuten ersetzen kann, ist fraglich. Hierfür müsste wahrscheinlich auf ein Angebot mit höherer Kontinuität und individueller Begleitung zurückgegriffen werden. Weitere wichtige Aspekte solcher Gruppenkurse können sicherlich die Vernetzung und der zwischenmenschliche Austausch sein, sowie das gemeinsame Erleben von Naturräumen. Allein das Gefühl von Nähe und Verbundenheit zu anderen Menschen, die sich vielleicht in ähnlichen Lebensumständen befinden, kann mitunter heilsam sein. So gibt es denn auch Angebote, die sich auf gemeinschaftliches Teilen und Erfahren fokussieren, bei-

spielsweise durch ein- oder mehrtägige Kurse in der Natur, mit gemeinschaftlichem Kochen und Austausch am Lagerfeuer, gemeinsamem Zusammenarbeiten, um Schlafplätze einzurichten, oder Ähnlichem.

Fazit und Ausblick

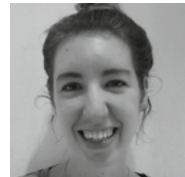
Wenngleich naturtherapeutische Ansätze noch nicht flächendeckend angeboten werden und sich unter den Anbieter:innen mitunter auch weniger wissenschaftlich fundierte Angebote finden, können solche Ansätze eine wertvolle Unterstützung zu bestehenden Therapieangeboten bieten. Gerade für Klient:innen, denen beispielsweise Gesprächstherapie schwerfällt, könnten therapeutische Angebote mit Tieren oder Naturelementen von großer Hilfe sein, um Zugang zu den eigenen Gedanken und Gefühlen zu finden. In stationären Psychiatrien werden teilweise bereits naturtherapeutische Ansätze in das Therapieangebot inkludiert, das auf diese Weise einen maßgeschneiderten, individuellen Therapieplan ermöglicht. Dennoch gilt es auch hier zu bedenken, dass nicht alle Angebote bei jeder psychischen Erkrankung gleich wirksam sind und eine engmaschige, fachkundige und individuelle Betreuung essentiell ist für die Behandlung psychisch beeinträchtigter Personen. Weiter gilt es zu beachten, dass in der Schweiz aktuell noch keine staatlich anerkannte Ausbildung im Sinne eines Hochschulstudiums in diesem Zusammenhang angeboten wird. Es können jedoch Diplome und Zertifikate unterschiedlicher Anbieter:innen erworben werden, die sich teilweise stark in Inhalt, Aufbau und Kosten unterscheiden. Die Organisation der [Arbeitswelt KomplementärTherapie \(Oda KT\)](#) gibt auf ihrer

Webseite Informationen bezüglich Branchenzertifikat und Höherer Fachprüfung heraus. Es gilt, Anbieter:innen zu prüfen und langfristig, sofern der Bedarf nach naturtherapeutischen Angeboten steigt, eine einheitliche Ausbildung ähnlich die der Psychotherapie auszuarbeiten, um Klient:innen einerseits die Orientierung zu erleichtern und andererseits vor qualitativ minderwertigen Angeboten mit geringer Wirksamkeit und überhöhten Preisen zu schützen.

Literaturhinweise

- Gans, C., Dienemann, K., Hume, A., Lorino, A. (2020). Arbeitsraum Natur: Handbuch für Coaches, Therapeuten, Trainer und Organisationen. Springer.
- Haluza, D. (2024). Waldtherapie: Ein Basislehrbuch für die Anwendung in Psychotherapie, Psychologie und Medizin. Kohlhammer.
- Knümann, S. (2019). Naturtherapie: Mit Naturerfahrungen Beratung und Psychotherapie bereichern. Beltz.
- Schneiter-Ulmann, R. (2010). Lehrbuch Gartentherapie. Hans Huber.

Autor:in



Sondra Lüssi studiert Umweltingenieurwesen an der [ZHAW in Wädenswil](#), Schweiz, mit der Vertiefung Urbane Ökosysteme. In ihrer Semesterarbeit hat sie sich in Zusammenarbeit mit der Forschungsgruppe Grün und Gesundheit an der ZHAW mit naturgestützten Therapien in vier Deutschschweizer Kantonen befasst und diese katalogisiert.



© Georg Wiesinger



Mehrwert Landwirtschaft

Das Buch "Potenziale der Sozialen Landwirtschaft" beleuchtet landwirtschaftliche Betriebe interdisziplinär als Orte der Teilhabe und Inklusion. Dr. Georg Wiesinger betont im Interview ihre Bedeutung in Gesellschaft und Politik.

Dr. Georg Wiesinger ist Agrarsoziologe an der Bundesanstalt für Agrarwirtschaft und Bergbauernfragen in Wien. In seiner Forschung beschäftigt er sich mit sozialen Innovationen im ländlichen Raum und insbesondere mit der Sozialen Landwirtschaft. Gemeinsam mit Kolleg:innen aus Deutschland, der Schweiz und Italien hat er an dem im Jahr 2024 im Metropolis Verlag erschienenen Sammelband „Potenziale der Sozialen Landwirtschaft“ mitgewirkt (herausgegeben von Christian Hofmann und Michael Spieker), der die Möglichkeiten dieser besonderen Form des Wirtschaftens interdisziplinär beleuchtet. Im Interview erklärt er, worum es in dem Buch geht – und warum es Zeit ist, die soziale Dimension der Landwirtschaft wieder stärker in den Blick zu nehmen.

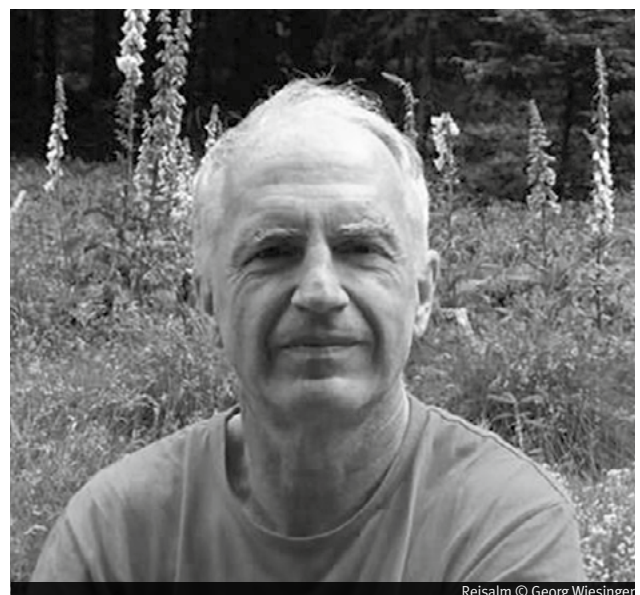
Green Care: Georg, worum geht es in dem neuen Buch zur Sozialen Landwirtschaft, an dem du mitgewirkt hast?

Georg Wiesinger: Bei dem Buch geht es um die vielfältigen Potenziale der Sozialen Landwirtschaft für Menschen, Höfe und Natur. Über die soziale Dimension der Landwirtschaft können Menschen mit Förderbedarf Arbeit finden und dabei Selbstwirksamkeit und Anerkennung erfahren. Das Buch ist in fünf Abschnitte gegliedert. Im ersten Abschnitt werden die allgemeinen Grundlagen der Sozialen Landwirtschaft behandelt, aber auch Fragen der Verortung als soziales Unternehmen, Fragen der ökologischen Gerechtigkeit, der Menschenrechte sowie den Zusammenhang mit natur- und handlungspädagogischen Ansätzen bei Rousseau, Pestalozzi und Fröbel. Im zweiten Abschnitt, zu dem ich auch einen Beitrag leisten durfte, wird die Entwicklung der Sozialen Landwirtschaft in Österreich, der Schweiz und in Italien dargestellt. Im dritten Abschnitt geht es um die Finanzierung und um rechtliche Fragen der Sozialen Landwirtschaft in Deutschland und im vierten Abschnitt werden einige deutsche Praxisbeispiele prä-

sentiert. Abgerundet wird die Publikation mit einem von den beiden Herausgebern – Christian Hofmann und Michael Spieker – verfassten Ausblick auf die Zukunft.

Green Care: Was wollt ihr mit dem Buch erreichen?

Georg Wiesinger: Dieser interdisziplinäre Sammelband soll dazu beitragen, den Gedanken der Sozialen Landwirtschaft stärker in die gesellschaftliche Diskussion einzubringen und über ihre Potenziale aufzuklären. Unser Ziel ist es, den Diskurs zur Sozialen Landwirtschaft zu verbreiten und ihre Potenziale sichtbarer zu machen – sowohl in der Fachwelt als auch in der Praxis. Die Soziale Landwirtschaft ist eine echte Schnittstelle zwischen Sozialem, Ökologie und Wirtschaft. Sie bietet Antworten auf Fragen, die gerade heute sehr relevant sind: Wie kann sinnvolle Arbeit für alle gestaltet werden? Wie können Höfe zu sozialen Orten werden? Und wie lässt sich das mit einer nachhaltigen Wirtschaftsweise verbinden?



Reisalm © Georg Wiesinger



Reisalm © Georg Wiesinger

Green Care: Was macht die Publikation aus deiner Sicht besonders – gerade im Vergleich zu anderen Arbeiten?

Georg Wiesinger: Der Sammelband bietet eine kompakte, zugleich aber tiefgehende Übersicht – mit interdisziplinärem Anspruch. Ausgangspunkt ist die Situation der Sozialen Landwirtschaft in Deutschland, in ihren historischen, rechtlichen und sozialetischen Dimensionen. Über einen Ländervergleich lassen sich Unterschiede und Gemeinsamkeiten, aber auch Ursachen für bestimmte Entwicklung feststellen. Daraus lassen sich Schlüsse ziehen und Anregungen ableiten. Die Praxisbeispiele lassen sich in diesen Kontext gut verorten.

Green Care: An wen richtet sich das Buch?

Georg Wiesinger: Angesprochen werden sollen sowohl Personen aus der Wissenschaft, aus der Praxis und der Verwaltung. Dementsprechend sind auch die Textsorten sehr unterschiedlich.

Green Care: Wer war an der Entstehung beteiligt?

Georg Wiesinger: Herausgegeben wurde das Buch von Michael Spieker, Professor für Politikwissenschaften, und dem Bildungsphilosophen Christian Hofmann, die

beide an der Katholischen Stiftungshochschule München forschen und lehren. Aus dem akademischen Bereich mitgewirkt haben weiters Thomas van Elsen von der Universität Kassel-Witzenhausen, einer der namhaftesten Experten für die Soziale Landwirtschaft in Deutschland. Susanne Elsen, emeritierte Professorin an der Freien Universität Bozen, verfasste den Beitrag zu Italien, Petra Köchli von der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften jenen für die Schweiz und ich den Österreich-Beitrag. Weitere überaus interessante Beiträge, die einen guten Einblick in die Praxis ermöglichen, stammen von Mitarbeiter:innen aus den Bereichen der Verwaltung und der sozialen Arbeit.

Green Care: Wie ist das Buchprojekt entstanden?

Georg Wiesinger: Ausgangspunkt für dieses Buchprojekt war eine Fachtagung zur Sozialen Landwirtschaft, welche am 20. und 21. September 2023 an der Akademie für Politische Bildung in Tutzing auf Einladung von Michael Spieker stattfand und bei der es um Perspektiven auf eine „Wiedereinbettung“ der Landwirtschaft in sozial und ökologisch nachhaltige Wirtschaftsweisen ging. Dabei sollte vor allem der „soziale Wert“ der Landwirtschaft erkundet werden, sowohl für auf Höfen tätige Klient:innen als auch für die Landwirtschaftsbetriebe selbst. Neben Expert:innen aus dem Bereich der Wissenschaft waren Mitarbeiter:innen der Landwirt-

schaftsberatung und -verwaltung eingeladen. Spieker war am Aufbau eines Praxisnetzwerks Soziale Landwirtschaft im südlichen Oberbayern beteiligt. Am Ende dieser Fachtagung war der allgemeine Wunsch groß, über eine Publikation Impulse für eine Fortentwicklung der Sozialen Landwirtschaft zu setzen.

Green Care: Steht das Buch in einem größeren Zusammenhang mit anderen Projekten?

Georg Wiesinger: Es ist bemerkenswert, dass diese Arbeit in keinem engen Zusammenhang mit bisherigen eher soziologisch und agrarökonomisch ausgerichteten Forschungsk Kooperationen zur Sozialen Landwirtschaft steht. Die Impulse kamen aus den Bereichen Politikwissenschaft und Philosophie. Das eröffnet neue, bislang wenig beleuchtete Perspektiven.

Green Care: Was gefällt dir persönlich besonders gut an dem Buch?

Georg Wiesinger: Besonders gut gefällt mir an diesem Buch neben seiner klaren, gut strukturierten Gliederung auch die optische Erscheinung. Der Metropolis Verlag hat dafür gesorgt, dass es ein sehr schönes Buch mit einem sehr schönen Cover wurde, das gut in der Hand liegt und auch die Haptik intensiv anspricht. Leider werden gute Bücher in Hardcopy-Format in Zeiten von online Publikationen immer seltener.

Green Care: Warum empfiehlst du die Lektüre?

Georg Wiesinger: Weil sie zeigt, dass Landwirtschaft mehr sein kann als Produktion – nämlich auch Ort sozialer Teilhabe, Bildung und Begegnung. Wer sich mit nachhaltigen, zukunftsfähigen Wirtschaftsformen beschäftigt, wird in diesem Buch viele Anregungen finden. Vielleicht ist der Satz „Dieses Buch sollte in keinem Haushalt fehlen“ ein bisschen zu viel – aber wer es liest, wird den Kauf sicher nicht bereuen.

Vielen Dank, Georg, für das Gespräch und die fundierten Einblicke.

Die Soziale Landwirtschaft steht für einen Perspektivwechsel: Weg von einer rein produktionsorientierten Sicht hin zu einer Landwirtschaft, die soziale Verantwortung übernimmt – und damit sowohl für Menschen mit Unterstützungsbedarf als auch für Betriebe neue Wege eröffnet. Dieses Buch macht deutlich, wie viel Potenzial in diesem Ansatz steckt – und warum es sich lohnt, ihn stärker in Politik, Wissenschaft und Praxis zu verankern.

Infokasten

Herausgeber:

Christian Hofmann, Michael Spieker

Titel: Potenziale der Sozialen Landwirtschaft.

Vielfalt und Anerkennung für Menschen und Höfe

Jahr: 2024

Verlag: Metropolis

Seiten: 309

ISBN 978-3-7316-1582-8

Dieses Buch gibt es auch

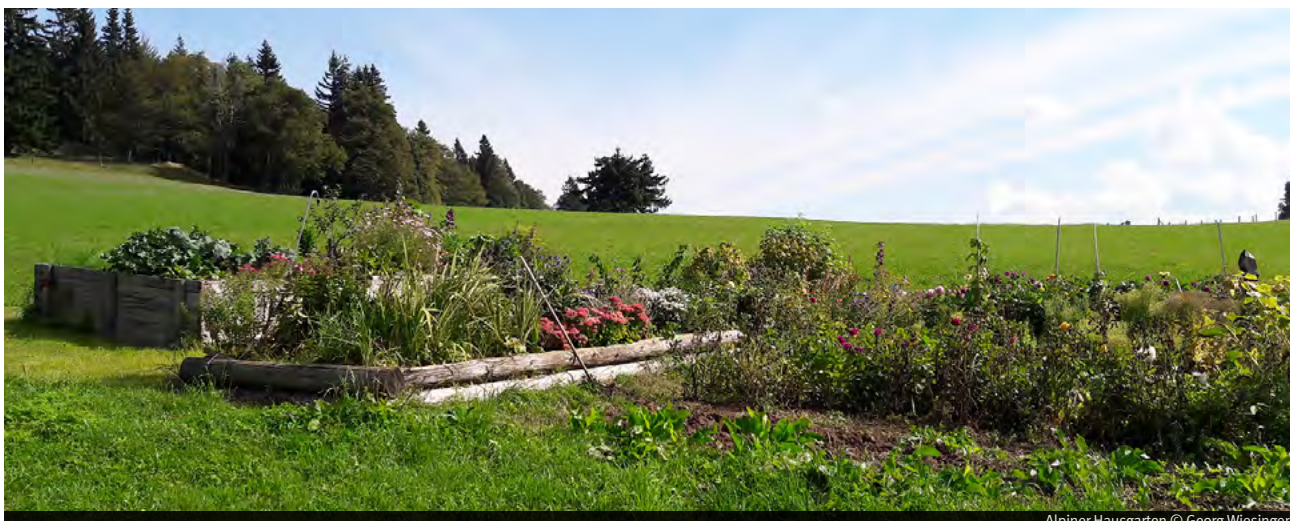
als eBook im PDF-Format.



Autor:in



Dr. in Dorit van Meel arbeitet an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil (Schweiz) und der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien (Österreich). Seit fast 20 Jahren forscht, unterrichtet, betreut und schreibt sie zu verschiedenen Fachgebieten von Green Care. Sie ist Chefredakteurin der Zeitschrift GREEN CARE.



Alpiner Hausgarten © Georg Wiesinger



Pferde berühren mehr als nur die Haut!

Ich berühre das Pferd. Sein Fell ist warm. Weich. Ich halte mein Ohr an den Bauch. Kann ich deinen Herzschlag spüren? Das Pferd schnaubt. Mein Herz hüpfert vor Freude.

Wir Menschen – genauso wie die Pferde – sind soziale Lebewesen, in denen es basal verankert ist, zu anderen eine Verbindung herzustellen und diese aufrechtzuerhalten. Gerade für Pferde als Flucht- und Herdentiere ist das überlebensnotwendig. Um eine Verbindung mit einem anderen Lebewesen einzugehen, spielen Synchronisations- und Abstimmungsprozesse (emotionale Ansteckung) eine große Rolle. Diese Affektansteckung wird zunehmend als artübergreifende Fähigkeit diskutiert: dass Pferde auch die menschliche Körpersprache nicht nur lesen, kopieren und spiegeln können, sondern dass sie den wahrgenommenen körpersprachlichen Ausdruck auch als emotionalen Inhalt reflektieren können. Ihre Reaktion darauf, mit einer Variation oder Erweiterung mit einem eigenen Input, lässt artübergreifende Interaktion und einen nonverbalen Dialog entstehen.

Synchronisationsprozesse sind tief in uns Menschen verankert. Bereits als Baby werden die ersten Synchronisationserfahrungen in der Interaktion mit der primären Bezugsperson gesammelt und es kommt zu einer emotionalen und physiologischen Abstimmung. Dabei fördern hohe Werte in der Synchronisation eine effiziente Bindung und tragen zur Stressreduktion bei (Atzil, 2013; Leclère et al., 2014).

Jede soziale Interaktion wirkt sich auf die Herzfrequenz aus. Der Herzschlag kann zur Wahrnehmung und als „Warngerät“ für Wohlbefinden oder Unwohlsein dienen: Stress manifestiert sich unter anderem in einer erhöhten Herzfrequenz. Somit kann der Herzschlag durch seine Messbarkeit als Hilfsmittel für Balance und Synchronisation dienen. Die Herzratenvariabilität (HRV), also die Darstellung stetiger Veränderung der Schlagfrequenz des Herzmuskels als Reaktion auf unterschiedliche Belastungssituationen, wird durch innere Faktoren (Stress, Emotionen), die Atmung und Umweltfaktoren beeinflusst. Sie stellt die Anpassungs- und Resonanzprozesse eines Organismus dar. Die HRV spiegelt die Aktivitäten des autonomen Nervensys-

tems (ANS), welches durch beispielsweise Stress aus dem Gleichgewicht kommt, und kann durch gezieltes Training genutzt werden, um das verloren gegangene Gleichgewicht wiederherzustellen. Beispielsweise lässt sich die Herzfrequenz (und dadurch die HRV) im Zusammenhang mit Atmung verändern: Durch Einatmen steigt die Herzfrequenz und durch Ausatmung sinkt diese wieder. Bei einer Synchronisation von Herzfrequenz und Atmung spricht man von einer Respiratorischen Sinusarrhythmie, welche trainiert werden kann¹. Ein kohärenter Zustand bezeichnet einen Zustand der Synchronisation körperlicher Prozesse (Herzrhythmus, Atmung, Gehirnströme, hormonelle Reaktionen), aber auch in Synchronisation mit den eigenen Emotionen und Mindset. Diese (ebenfalls trainierbare) Synchronisation beeinflusst unser mentales, emotionales und körperliches Wohlbefinden (McCraty et al., 2009; Servan & Schreiber, 2006).

Studie zur Synchronisation der Herzschläge

Möglicherweise sind Pferde durch ihre Fähigkeit, physisch und emotional mit Menschen zu interagieren, deshalb so gute Partner:innen in der Therapie: Durch die emotionale Übertragung und Verbindung sowie körperliche Nähe mit ihnen können synchronisierte Interaktionen entstehen (Scopa et al., 2019). Es besteht die Möglichkeit, dass es durch den niedrigeren Herzschlag von Pferden (30-40 Schläge/ Minute in Ruhe; unter hoher Anstrengung bis zu 250 Schläge/ Minute) gegenüber den Menschen (50-100 Schläge/ Minute in Ruhe; bis zu 200 Schläge/ Minute unter hoher Anstrengung) zu einer Entspannung in der Therapie kommt, wenn sich der menschliche Herzschlag dem Pferd anpasst.

In einer am Lichtblickhof in Wien durchgeführten Studie zeigte sich Folgendes in einer standardisierten Therapieeinheit mit jungen Frauen mit einer Intellektuellen Beeinträchtigung (Naber et al., 2025): Es kam zu einer



© Lichtblickhof

Stressreduktion (niedrigerer Herzschlag, höhere Herzratenvariabilität), wenn die Therapiestunde mit einem Pferd stattfand (im Gegensatz zu einer Therapiestunde ohne Pferd, nur am Tonnenpferd). Beim Lösen einer Herausforderung zeigte sich sogar eine signifikant niedrigere Herzfrequenz mit dem Pferd.

Besonders bemerkenswert waren aber die Ergebnisse, dass sich die Herzschläge zwischen Therapiepferd, Klientin und Therapeutin synchronisierten. Der Effekt der Synchronisation zwischen Therapeutin und Pferd war größer, wenn die Therapeutin mit ihrem eigenen Pferd arbeitete (im Gegensatz zu den Pferden, mit denen sie „nur“ eine Arbeitsbeziehung hat). In der Synchronisation von Pferd und Klientin zeigte sich nur dann eine signifikante Synchronisation der Herzschläge, wenn die Klientin mit ihrem Lieblingpferd interagierte, das sie von vielen Jahren Therapieerfahrung kannte. Es kam zu keiner Synchronisation, wenn die Klientin mit einem neuen, ihr unbekanntem Pferd die Therapiestunde verbrachte. Eine positive Beziehung der Interaktionspartner:innen war demnach tatsächlich der ausschlaggebende Faktor, dass eine Synchronisation der Herzschläge stattfinden konnte.

Das Ergebnis dieser Studie deckt sich mit der vorhandenen Literatur. Dort zeigt sich, dass die Qualität der Mensch-Tier-Beziehung einen wichtigen positiven Einfluss auf die Stärke der Wirkungsweisen tiergestützter Interventionen hat (Beetz et al., 2012); dass im therapeutischen Geschehen die therapeutische Beziehung eine Schlüsselrolle spielt (Norcross & Lambert, 2011); dass die Qualität der Beziehung zwischen Psychotherapeut:innen und Klient:innen signifikant ausschlag-

gebend für ein positives oder negatives Therapieergebnis ist (Grawe et al., 1994) und dass die therapeutische Beziehung ein wichtiger Wirkfaktor ist (Wampold & Imel, 2015).

Auch in der Literatur zu Pferdetherapie wird der Wirkfaktor Beziehung betont. Pferden wird eine „Eisbrecherfunktion“ (z.B. Corson & Corson, 1978; Levinson, 1961) sowie die Erleichterung von Kontaktaufnahme und Beziehungsaufbau als soziale Katalysatoren zugeschrieben. Sie unterstützen das in-Beziehung-Bleiben in kritischen Situationen und stärken die Fähigkeiten zur Reflexion sowie zur emotionalen Regulation.

Beobachtungen der Therapeutin

Die Therapeutin im oben genannten Forschungsprojekt notierte verschiedene Beobachtungen während dieser standardisierten Therapieeinheit² in ihrer Verlaufsdocumentation. Ein Einblick in diese bestätigt die bisherige Literatur über den Mehrwert, Pferde in das therapeutische Setting einzubeziehen:

Sie bemerkte, dass die Klientinnen bei den Therapieeinheiten mit Pferd eine höhere Frustrationstoleranz beim Lösen der Herausforderung zeigten. In der Kontrollbedingung stellten sie höhere Ansprüche an sich und die eigene Leistung bei der Parcoursbewältigung. Mit dem Pferd fanden es fast alle Teilnehmerinnen weniger schlimm, wenn eine Parcoursaufgabe einmal nicht so gut funktionierte.

Auch eine erhöhte Therapie-Motivation war bei den Klientinnen in der Pferdebedingung zu beobachten. Bei der Kontrollbedingung musste sich die Therapie-

tin ihren eigenen Angaben nach viel kreativere Aufgaben ausdenken, um die Klientinnen zum Mitmachen zu motivieren.

Auf der Beziehungsebene zeigten sich die wohl größten Unterschiede durch die Anwesenheit des Pferdes:

- Die Einheiten mit Pferd boten vielfältigere Gesprächsthemen, die sich vor allem um das Tier drehten. So konnte das Pferd als Projektionsfläche für Gefühle und Erfahrungen genutzt werden. Ohne das Pferd drehten sich Gespräche eher um Alltägliches und blieben oberflächiger.
- Die Verabschiedung fiel intensiver aus, wenn das Pferd auch verabschiedet werden musste. In der Kontrollbedingung verließen Klientinnen nach Ende der Messung sofort die Reithalle, während in der Einheit mit dem Pferd die meisten Klientinnen gerne mithalfen, das Pferd zu versorgen, sich dabei ausgiebig vom Pferd verabschiedeten und möglichst lange im Stall verweilten.
- Die Therapeutin notierte außerdem, dass die Klientinnen mit jeder Einheit mehr Sicherheit erlangten. Sie sprachen beim ersten Messzeitpunkt häufig dasselbe. Bis zum vierten Messzeitpunkt verwendeten die Klientinnen zunehmend neue Worte und sprachen neue Themen an, die über die bisherigen Anknüpfungspunkte hinausgingen. Die Therapeutin konnte eine größere Vertrautheit, eine Selbstwertsteigerung und mehr Stärke beobachten und spüren.

Implikationen für die pferdetherapeutische Praxis

Die Studienergebnisse zur Synchronisation zeigen einmal mehr, wie wichtig die Beziehungsgestaltung ist. So sind für Klient:innen konstante Beziehungen wichtig für den therapeutischen Erfolg: Einerseits die konstante Beziehung zum/zur Therapeut:in. Therapeut:innen wirken in ihrer Beziehungsgestaltung zum Pferd als Vorbild und ermöglichen Klient:innen dadurch „passive“ Beziehungserfahrungen und das Lernen am Modell. Wenn sie das Pferd, mit dem sie arbeiten, gut kennen, können sie stets ihre eigene Beziehung zum Pferd reflektieren und sich immer wieder erinnern, mit „vollem Herzen“ bewusst anwesend zu sein. Andererseits ist die konstante Beziehung zum Therapiepferd essenziell: Entsprechend den Studienergebnissen ist es für das Erleben von Synchronisation nicht ausreichend, mit „irgendeinem“ Pferd zu interagieren. Das Erleben dieser non-verbalen Beziehung, die ganz ohne Worte funktioniert – ganz im Spüren und mit vollem Herzen – stärkt für viele Herausforderungen. Gerade die konstante Begleitung des gleichen Therapiepferdes hilft in Zeiten von Übergängen, Veränderungen, Sorgen und Unsicherheit. Abseits gewohnter Unterstützungssysteme durch Familie, Ausbildungseinrichtungen und Co kann im Pferdestall durch die dort erlebte Gemein-



© Lichtblickhof



© Lichtblickhof

schaft mit den Pferden und auch Gleichgesinnten ein wertvolles Beziehungsnetzwerk entstehen.

Das pferdetherapeutische Setting bietet somit ein wertvolles Lernfeld (insbesondere für Menschen mit häufig negativen Beziehungserfahrungen in der Vergangenheit) und die Möglichkeit, positive Beziehungserfahrungen zu sammeln.

Im Therapie-Alltag am Lichtblickhof konnten wir erleben, wie viel Staunen es bei großen und kleinen Klient:innen ausgelöst hat, wenn wir erzählt haben, dass Pferdeherzen und Menschenherzen im gleichen Takt schlagen können. Viele fanden es spannend, sich mit Stethoskopen gegenseitig abzuhören und den wunderschönen und starken Herzschlag ihres Gegenübers zu bewundern. Auch das Pferd mit einem Stethoskop abzuhören und auf den Herzschlag und die Atmung der Pferde zu achten³, brachte schöne neue Impulse in den Therapie-Alltag.

Spannenderweise war es für die Klientinnen doch sehr ungewohnt, dass so wenig „Programm“ geboten wurde und die Einheit größtenteils aus „am Sessel und Tonnenpferd/ Pferd sitzen“ und „nur“ reden/ entspannen bestand. Da äußerten einige Unmut, Ungeduld und einen Wunsch nach Aktivität. Besonders auf dem Tonnenpferd war es für sie schwer nachzuvollziehen, warum dort entspannt und nicht voltigiert wurde. Doch trotz dieser manchmal beobachtbaren Unruhe erlebte die Therapeutin bei den Teilnehmerinnen der Studie eine Dankbarkeit für diese Langsamkeit ohne Zeitdruck.

Und auch bei den Pferden zeigte sich nach diesen Einheiten, bei denen sie ja hauptsächlich „nur“ danebenstanden, dass sich alle gerne nach der Einheit im Sand wuzelten und danach schüttelten – dass es eben auch

Lichtblickhof

Der Lichtblickhof ist ein Lebensort speziell für Familien, deren Kind von einer unheilbaren und lebensverkürzenden Erkrankung betroffen ist. Dem schweren Schicksal zum Trotz gelingt es hier, Momente der Freude und Leichtigkeit zu schaffen, zur Ruhe zu kommen, Lichtblicke zu erleben, Zuversicht und Zusammenhalt zu spüren und Kraft für die noch zu bewältigenden Aufgaben zu sammeln. Ein Leben lang. Das multiprofessionelle Team leistet individuelle und bedürfnisorientierte Begleitung. Unterstützt wird es dabei von speziell ausgebildeten Tieren, die viel Raum für Begegnung und nonverbale Kommunikation ermöglichen, basale Bedürfnisse der Kinder sensibel wahrnehmen und darauf reagieren sowie helfen, dem „Hier und Jetzt“ möglichst viel Raum zu schenken. Sich einlassen können und ein würdevolles Miteinander, Verlässlichkeit und Verantwortlichkeit den Familien gegenüber sowie das Erleben von Selbstwirksamkeit und Sicherheit stehen dabei an oberster Stelle.



für Pferde viel Kopf- und Herzsache ist, sich auf das Gegenüber einzulassen, emotional und physiologisch mitzuschwingen und mit vollem Herzen DA zu sein. Auch in der Literatur zeigt sich, dass der Beziehungsfaktor nicht nur aus menschlicher Sicht wichtig ist, sondern auch für die beteiligten Pferde: Mit einer engen Mensch-Pferd-Beziehung zeigten Pferde eine signifikant niedrigere Herzfrequenz und weniger Stress (Munsters et al., 2012) sowie eine Verringerung der Stressreaktion in der HRV in der Interaktion mit einem/einer vertrauten Pferdeführer:in im Vergleich zu einem/einer unbekanntem (Scopa et al., 2020). Die Bedeutung der Beziehung auch für das Wohlbefinden und die Compliance der Tiere zeigt eine Implikation für die tägliche Praxis in der pferdegestützten Therapie, um Klient:innen eine sichere und qualitativ hochwertige Umgebung zu bieten.

Literaturhinweis

Naber, A., Kreuzer, L., Zink, R., Millesi, E., Palme, R., Hediger, K., Glenk, L.M. (2025). Heart rate and salivary cortisol as indicators of arousal and synchrony in clients, therapy horses and therapist in equine-assisted therapy. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 59, 101937, doi:org/10.1016/j.ctcp.2025.101937.

Endnoten

1. Mehr zur HRV zb. bei Lohninger, 2017
2. Um möglichst vergleichbare Therapieeinheiten zu schaffen, bestand die standardisierte Therapieeinheit aus ruhigen Entspannungs-Elementen auf dem Pferd oder dem Tonnenpferd (in der Kontrollbedingung) und einer Herausforderung: einem Parcours, der entweder zu Fuß oder geritten absolviert wurde. Am Anfang und Ende der Einheit wurde für eine Baseline-Messung auf zwei Sesseln gesessen und das Pferd stand entweder daneben oder war nicht anwesend. So waren direkte Vergleiche zwischen Therapieeinheiten mit Pferd und ohne Pferd möglich.
3. Mehr dazu kann man in unseren Texten zu Schnaubkorrespondenz nachlesen: <https://www.yumpu.com/de/document/read/68406510/green-care-fachzeitschrift-fur-naturgestutzte-interaktion>

Auszug aus der Dokumentation der Therapeutin

Mit eiskalten Händen liegt Marie, ein 14-jähriges Mädchen, auf der kleinen fuchsfarbenen Stute namens Pipistrela, und ihr Körper beginnt zu zittern. Marie scheint nach Luft zu ringen und beginnt leise zu schluchzen. Die Stute dreht die Ohren nach hinten und senkt leicht den Kopf, als wolle sie jeden Atemzug hören, den Marie macht. Die Stute bläst leise, aber hörbar Luft aus ihren Nasenlöchern. Nach ein paar Augenblicken dreht sich Marie zu mir um und beginnt, ihre Gedanken mitzuteilen. Sie verrät, dass sie einen schweren Verkehrsunfall überlebt hat und ihren Bruder und ihre Eltern verloren hat. Ihr Vater war von der Straße abgekommen und gegen einen Baum gekracht. Als sie weiterspricht, geschieht zu meinem Erstaunen etwas, was ich nie erwartet hätte. Maries Körper, der seit ich sie kennen hypoton ist, richtet sich auf, als ich ihr sage, sie solle die Zügel in die Hand nehmen. Dann blickt sie mich mit einem wunderschönen Lächeln an. Dies war das erste Mal, dass sie über den Unfall sprach und begann, ihr Leben zurückzugewinnen. Es schien, dass ihre Verbindung mit dem Pferd durch die Atmung, die feine nonverbale Synchronisation zwischen der Stute und ihr sowie die Verantwortung für diese nichtmenschliche Beziehung ein Katalysator waren, der ihr half, sich zu öffnen.

Autor:innen



Mag.^a Roswitha Zink (Geschäftsführerin des Lichtblickhofs, Biologin und Psychotherapeutin) und **Anna Naber MSc.** (Klinische Psychologin und Biofeedbacktherapeutin) sind Pferdetherapeutinnen und seit vielen Jahren in der pferdegestützten Trauer-, Trauma- und Palliativbegleitung am Lichtblickhof in Wien, Österreich tätig. Die

vorgestellte Studie wurde im Rahmen von Anna Nabers Masterarbeit durchgeführt und die Ergebnisse bereits international bei vielen Konferenzen präsentiert. Kontakt: anna.naber@lichtblickhof.at



© Kjrstie from Pixabay



Phytoresonanz-Hypothese, Teil 2

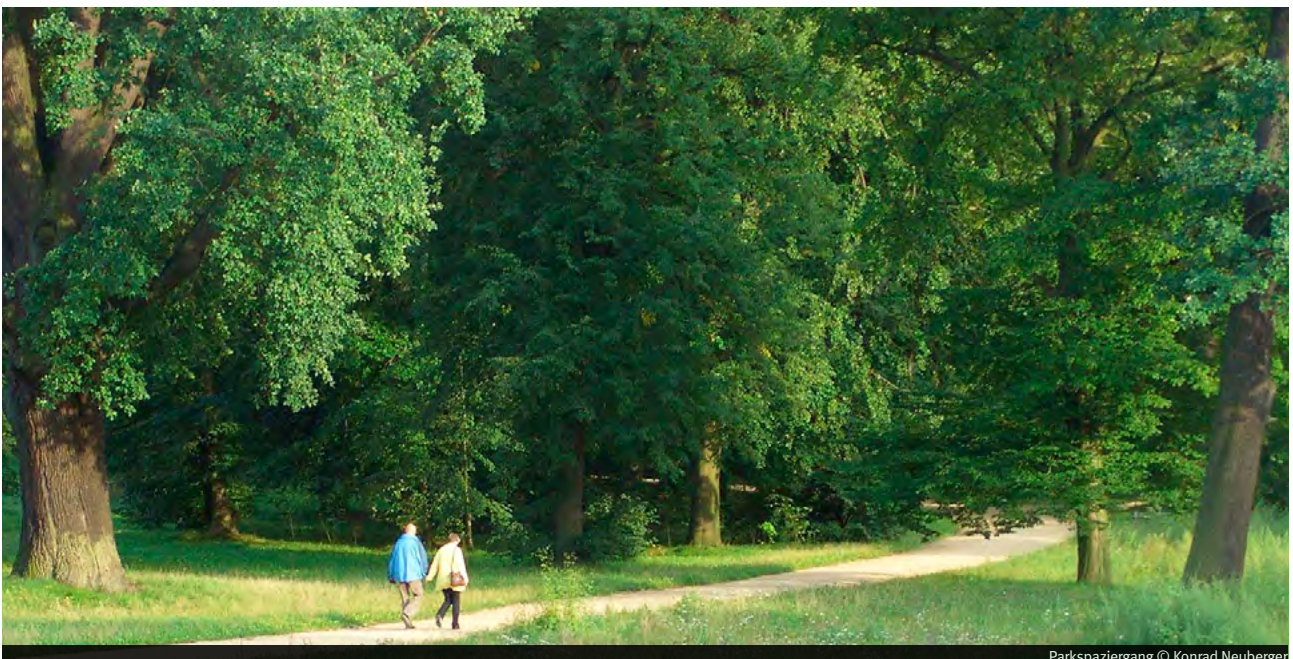
In diesem vierteiligen Beitrag geht es um das komplexe Thema der Phytoresonanz-Hypothese. Eine Beschreibung davon erschien in Ausgabe 1/25, Teil 2 (diese Ausgabe) und Teil 3 (die nächste) befassen sich mit untermauernden Aspekten aus Wissenschaft und Praxis.

Aus den Humanwissenschaften, der Umweltpsychologie wie aus der Hirnforschung und anderen sind verschiedene Phänomene bekannt, die im Ansatz eine Ähnlichkeit zum Phytoresonanz-Phänomen aufweisen. Wie sie die Phytoresonanz-Hypothese unterstützen, wird im Folgenden deutlich werden.

Savanna-Theorie – Biophilia-Hypothese

Die Biophilia-Hypothese beruht auf dem Gedanken, dass Menschen eine angeborene Neigung besitzen, sich mit Natur und anderen Lebensformen zu verbinden. Der Begriff „Biophilie“ wurde von Erich Fromm in seinem Buch „Anatomie der menschlichen Destruktivität“ (1974) gebraucht. Dort bedeutete es die leidenschaftliche Zuneigung zum Leben und allem, was lebendig ist. Später benutzte Edward O. Wilson den Begriff „Biophilia“, indem er argumentierte, dass es einen tiefen und komplexen Prozess der geistigen Ent-

wicklung gebe, Leben zu erkunden und sich mit ihm zu verbinden (Wilson, 2003, S. 1). Er führte die Savanna-Theorie an, der zufolge es archäologische Belege gibt, dass menschliche Wesen in der Mehrzahl der zwei Millionen Jahre ihrer Entwicklung in den Savannen Afrikas, Europas und Asiens gelebt hätten. Die Psyche und der Verstand des Menschen seien für das Leben in der Savanne prädisponiert (Orians, 1980, zit. nach Wilson, 2003, S. 110). Sie biete sowohl Nahrung als auch Schutz und Weite. Heutzutage würden formale Gärten, Friedhöfe und Einkaufszentren bewusst nach dem Vorbild der Savanne gestaltet (Wilson, 2003, S. 110). Auch die uns so sympathischen Landschaftsparks (Tiergarten in Berlin, Volksgarten in Düsseldorf, Englischer Garten in München u.a.m.) könnten nach diesen Vorbildern gestaltet sein. Phytoresonanz, Savanna-Theorie und Biophilia-Hypothese beschreiben auf unterschiedliche Weise die nachhaltige Wirkung der Natur auf den Menschen.



Parkspaziergang © Konrad Neuberger

Psychophysiologie – Prozesse der Wahrnehmung

Psychophysiologische Parameter zu untersuchen, könnte zur Savanna-Theorie ergänzende Erklärungen bieten. Die Psychophysiologie befasst sich mit den Beziehungen zwischen psychischen Vorgängen und zugrunde liegenden Körperfunktionen. Mein Interesse gilt der Frage, wie Natur auf beide Aspekte wirken kann?

Die vier aufgeführten Untersuchungen befassen sich mit der Wirkung von Naturumwelten auf die Psychophysiologie. Ulrich hat bereits 1981 untersucht, wie eine Gruppe von Probanden hinsichtlich der Alpha-Amplitude (einem periodischen EEG-Rhythmus), des Herzschlags und ihrer Gefühlslage auf (1) Bilder von Natur mit Wasser, (2) Natur dominiert von Vegetation und (3) städtische Umgebung ohne Wasser und Vegetation reagiert. Im Ergebnis hatten die beiden Bildreihen mit Naturansichten einen positiveren Einfluss auf die psychophysiologische Verfassung als städtische Ansichten (Ulrich, 1981). Eine Arbeitsgruppe um Hartig et al. untersuchte die Erholung von Stress und die Wiederherstellung gerichteter Aufmerksamkeit durch den Gang durch ein Naturreservat einerseits und durch eine städtische Umgebung andererseits; sie fanden heraus, dass der Blutdruck sich nach einer Stressexposition als Funktion der Umgebung änderte (Hartig et al., 2003). Sie kamen zu vergleichbaren Ergebnissen: Natürliche Umgebungen wie solche mit Wasser ergaben die besten Erholungswerte. Nach japanischen Untersuchungen (Park et al., 2010) zu „Shinrin-yoku“ (Waldbaden) können Menschen in der Waldumgebung psychologische Anspannung sowie Depressionen, Ärger, Ermüdung und Verwirrung reduzieren; sie erleben, dass sich Spannkraft und Vitalität verbessern (Park et al., 2010). Die japanische Regierung empfiehlt dieses Waldbaden seit 1982 zunehmend als vorbeugende Gesundheitsmaßnahme. Einer der Vorreiter in Japan ist Dr. Qing Li. Durch eine Kombination von Aromatherapie, frischer Luft, Bewegung, schöner Vegetation samt Flora und Fauna haben die Japaner mit dem „Waldbaden“ eine angenehm entspannende angst- und stresslindernde Therapie geschaffen. Dafür gibt es ästhetisch ansprechende, zertifizierte „Shinrin-yoku“ bietende Waldareale.

In der Arbeit von Park et al. werden Laumann und Kollegen (2003, nach Park et al., 2010) zitiert, die berichten, dass ihre Probanden beim Betrachten natürlicher Umgebung eine längere Ruhefrequenz (RR-Intervall zwischen zwei Herzschlägen) und eine niedrigere Herzfrequenzrate aufwiesen als diejenigen, die städtische Umgebungen in Videos betrachten. Im Unterschied zu den „Shinrin-yoku“-Untersuchungen wirken hier Duftwirkungen des Waldes und die Eigenbewegung der Probanden nicht mit. Dem Aufenthalt im Grünen, aber

auch schon dem Anschauen von Naturfilmen wird eine stressreduzierende Wirkung zugeschrieben, weil das Stresshormon Cortisol abgebaut und der Erholungsprozess beschleunigt werde, so Keul (1998, nach Brämer, 2008). Der Natursoziologe Brämer vermutet die Aufmerksamkeits-Wiederherstellungs-Theorie (Attention Restoration Theory) nach S. Kaplan & R. Kaplan und die Psychoevolutionäre Theorie nach Ulrich (neben drei anderen) als wirksame Faktoren, warum „Grün“ guttut. Immer wieder wird deutlich, dass bereits die Betrachtung von durch Pflanzen betonten Umgebungen psychophysiologische Wirkungen hinterlässt. Das können Sie selbst leicht nachvollziehen: Schauen Sie aus dem Fenster und lassen Sie ihren Blick auf einem Baum, einem Teil der Vegetation ruhen, dann wieder auf einem menschengemachten Gebäude oder Fahrzeug und wechseln so nach einigen Momenten von einem zum anderen – achten sie auf Rhythmus und Atemtiefe sowie sonstige körpereigenwahrnehmungen, wie diese sich analog verändern. So können Sie sich einen Teil der Körperreaktionen bewusst machen. Das ist für den Phytoresonanz-Ansatz nicht unwichtig. Kenntnisse aus den Neurowissenschaften können das unterstreichen.

Neurowissenschaften – Aktive Sensorische Systeme

Forschungsergebnisse aus den Neurowissenschaften zeigen, dass das Betrachten von und das Denken an Pflanzen und Naturszenen mit spezifischen Prozessen im menschlichen Gehirn korrespondieren. Da die Sinnesorgane ohne funktionierende Aktivierung im Gehirn (und umgekehrt, das Gehirn nicht ohne funktionierende Information durch die Sinnesorgane) keine „vernünftigen“ Ergebnisse liefern können, müssten hier noch detaillierte Funktionsbeschreibungen derselben aufgeführt werden. Hier sei auf das Grundlagenwerk „Die Sinne des Menschen“ (von Campenhausen, 1993) verwiesen. Einige Hinweise müssen hier genügen. Die menschlichen Sinne nehmen nicht nur das wahr, was ist. Das Gehirn ergänzt mitunter, was fehlt, weil es beispielsweise im blinden Fleck nicht sichtbar ist (von Campenhausen, 1993), und es ergänzt Konturen zu vollständigen Gestalten (von Campenhausen, 1993, S. 231; Bösel, 2006). Es verstärkt Kontraste. Die Gesichtserkennung im Gesichterareal (gyrus fusiformis) reagiert, sobald (z.B. im Wald) auch nur Merkmale von Gesichtern wahrgenommen werden. Landschaften und Gebäude werden von einem gesonderten Areal verarbeitet (parahippocampal place area). Es gibt eine Hierarchie des Wahrgenommenen: bewegte vor unbewegten und große vor kleinen Objekten; beim Gang durch den Wald wird permanent zwischen Vorder- und Hintergrund gewechselt. „Die Aufmerksamkeit erhöht selektiv die Aktivität von Zellen in Kortexregionen, wel-

che für die Verarbeitung von visuellen Informationen verantwortlich sind, die mit Bewegungen zusammenhängen“ (Kandel et al., 1996, S. 350). Die Elementaranalyse erfolgt stets durch Konzentration auf Veränderungen in der Umwelt (Bösel, 2006, S. 167). Zur Wahrnehmung der Umwelt ist die Eigenwahrnehmung mit einem umfangreichen neuronalen Regulationssystem für Bewegungs- und Stellungsinformationen (von Campenhausen, 1993) unabdingbar. Dieses hilft, Körper und Umwelt in Relation zueinander zu setzen. Es kann angenommen werden, dass Menschen auf gleiche optische Naturreize ähnlich reagieren. Erste Forschungen hierzu lassen diesen Schluss zu (Hasson et al., 2004; Spitzer, 2005).

Doch es geschieht noch mehr: Die sensorischen Systeme vollbringen die außergewöhnliche Leistung, unser Gehirn ständig über die Außenwelt (wie auch über die Innenwelt) zu informieren (Kandel et al., 1996, S. 392). Vorder- und Hintergrund spielen eine große Rolle, Kontrastbildung und die getrennte Verarbeitung von Form, Bewegung, Tiefe und Farbe in drei parallelen Bahnen werden im Gehirn vollzogen und dann erst zu einer einzigen bewussten visuellen Wahrnehmung zusammengefügt (Kandel et al., 1996, S. 399). Das Gehirn definiert, was wir sehen. Die Verarbeitung sensorischer Informationen beinhaltet das Analysieren physikalischer Vorgänge in der Außenwelt (Weg, Pflanzenbestand, Licht, Wind, Duft etc.) im Hinblick auf elementare Eigenschaften und das Zusammentragen dieser sensorischen Elemente (Entfernung, Größe, Farbe, Habitus) zu kohärenten Wahrnehmungen (Kandel et al., 1996, S. 500): Das Cerebellum vergleicht den motorischen Output mit der ständig einlaufenden Information aus sensorischen Rückmeldungen (Kandel et al., 1996, S. 500). Golgi-Sehnenorgane, die überall zwischen Sehnen und Muskeln verortet sind, geben Informationen über den mechanischen (Spannungs-)Zustand des jeweiligen Muskels preis (Kandel et al., 1996, S. 520).

Dieser sensorische Informationsfluss, der visuelle wie auch alle anderen (inklusive der über innere Druck- und Spannungszustände), vermittelt durch den prämotorischen und den primären motorischen Kortex über die Amygdala das unbewusst, vorbewusst oder bewusst Wahrgenommene. Er steuert die Wärme und den Spannungszustand von Sehnen, Muskeln und Gewebe, sodass Reaktionen bei Bedarf möglich sind. Bei einem Gang durch Wald und Landschaft werden so vielfältige sensomotorische Impulse nicht nur von der Umgebung aufgenommen, sondern als Tonus steuernde Signale an beteiligte Körperregionen gesendet. Das bestätigt auch Joachim Bauer: Selbst Wahrnehmungen unterhalb der bewussten Wahrnehmungsschwelle mit einer Einwirkungsdauer von nur 40 Millisekunden werden vom Gehirn als subliminale Stimulation registriert (Bauer, 2007, S. 10). „Das Gehirn nimmt unter Umgehung des

Bewusstseins täglich unzählige Hinweise und Reize auf [siehe Abschnitt über Kybernetik; Anm. d. A.]. Diese Wahrnehmungen können Reaktionen, Handlungsbereitschaften sowie seelische und körperliche Veränderungen in Gang setzen“ (Bauer, 2007, S. 10). Selbst bedeutungsgeladene Begriffe lösen im Gehirn Bilder aus, die in der prämotorischen Region zu einer Muskeltonusveränderung führen können. Mir sind nur wenige neurowissenschaftliche Untersuchungen bekannt, die detailliert nachweisen, wie Sinneseindrücke bezogen auf Natur und Pflanzen im menschlichen Gehirn verarbeitet werden. Hasson und Kollegen gingen z.B. der Frage nach, inwiefern Gehirne beim Anblick von Naturszenen auf gleiche Weise reagieren. Die Forscher zeigten den Untersuchungsteilnehmer:innen (Proband:innen) Ausschnitte aus einem populären Film (The Good, the Bad and the Ugly). Sie fanden einen eindrucksvollen Grad an Synchronisation zwischen den Proband:innen, nicht nur im primären und sekundären visuellen, im auditiven Bereich und in den Assoziationskortexen. Die Ergebnisse zeigten eine überraschende Tendenz individueller Gehirne, gemeinsam zu „ticken“ (Hasson et al., 2004), das heißt, die Probanden reagierten bei den Naturszenen wie bei den anderen zu einem hohen Grad mit den gleichen Aktivierungen der raum-, gesichts- und naturbezogenen Gehirnareale.

Ein eindrucksvolles Nebenprodukt der Neurowissenschaften hat sich auch ergeben: Bei Forschungen mittels MRT und den visuellen Reizungen bestimmter Gehirnareale unter dem Einfluss emotional stimulierender Filme und Bilder werden zum Teil Bilder von einfachen Blüten als Kontrollstimuli (Pausenbild/Normalzustand) eingesetzt. Dadurch kann sich das Erregungsniveau der Proband:innen wieder auf den jeweiligen Ausgangszustand einregulieren, bevor neue Messungen vorgenommen werden können, so Malach (2007), Co-Autor der obigen Studie vom Neurobiology Department des Weizmann Institute of Science in Israel. Der Grund liege in der neutralen Wirkung von Blüten, wenn es darum geht, verschiedene emotionale Inputs voneinander zu trennen – ein Hinweis auf die beruhigende Wirkung?

Kybernetik – Wahrnehmung der Umwelt

Die Kybernetik verfügt über nützliche Methoden, um Prozesse zwischen unterschiedlichen Systemen zu untersuchen, so auch zu unserem Thema: Welche Prozesse ereignen sich zwischen Menschen und Pflanzen? Nach Norbert Wiener, der den Begriff populär machte, ist Kybernetik die Lehre von Kontrolle und Kommunikation in Lebewesen und Maschine (Wiener, 1948). Dabei ergeben sich einige Fragen: Wie werden all die Informationen, die uns umgeben, von der menschlichen Wahrnehmung verarbeitet? Welche Rückwirkungen ergeben sich?



Gräser © Konrad Neuberger

Unser Wahrnehmungssystem funktioniert weitgehend autonom und 90% der Wahrnehmungsinhalte entgehen unserem Wachsbewusstsein. Das ist notwendig, um die Menge an Informationen auf einem handhabbaren Level zu halten und um das Wichtige vom weniger Wichtigen zu unterscheiden. Die meisten Informationen erreichen uns über das Auge und die anderen bekannten sensorischen Organe. Hinzu kommen eine gewaltige Menge anderer sensorischer Zellen, die sich über den menschlichen Körper verteilen und uns über Körperhaltung und Körperstellung in Relation zu anderen Objekten in unserem Umfeld informieren. Auch von ihnen erreichen viele nicht die Ebene unseres Bewusstseins und verbleiben im Unbewussten, aber als elektrochemische Information im Körper. Auf der körperlichen Ebene wird so eine Menge an Informationen vom menschlichen sensorischen System verarbeitet. Mit dem Flaschenhalsmodell zeigt Vester: Aus einer Menge von 10^9 Bits an Informationen, die den Menschen pro Sekunde erreichen, werden (nur) 10^2 Bits pro Sekunde vom limbischen System des menschlichen Gehirns verarbeitet, das sehr eng mit der Verarbeitung von Gefühlen (emotions) verbunden ist. Dort geht diese kleine Auswahl an Informationen „mithilfe vieler verschiedener bewusster und unbewusster Denkprozesse in ›Resonanz‹ mit bereits vorhandenen Informationen“ (Vester, 2001, S. 91). Diese werden durch Assoziationen wieder angereichert auf das Zehntausendfache an Informationen pro Sekunde. Sie verlassen das Individuum wieder mit neuen Inhalten, nachdem es sich mit dem Inhalt vertraut gemacht hat. Durch menschliches Denken und Handeln kann es neue Wirkungen auf die Umwelt gewinnen (Vester, 2001, S. 91).

Welche Regelkreise spielen hier eine Rolle? Es ist die Kybernetik erster Ordnung mit negativer Rückkopplung,

die das Übersteuern verhindert, ebenso wie die Kybernetik zweiter Ordnung, die die „Prinzipien der Kybernetik erster Ordnung auf den Beobachter selbst anwendet. Dieser Beobachter muss als Teil des Kontextes, den er beobachtet, mit konzeptualisiert werden“ (Dethloff, o.J.). Es werden nicht nur die eingehenden Informationen durch negative Rückkopplung reduziert, die dazu dient, Sollzustände wieder herzustellen, sondern auch verstärkende und aufschaukelnde positive Rückkopplungsprozesse hervorgebracht, die nach Veränderung „rufen“. Sie werden nachfolgend durch negative Rückkopplungsschleifen stabilisiert (Dethloff, o.J.) und wieder an das Gleichgewicht herangeführt. Es handelt sich gewissermaßen um Feedback-Mechanismen, die für ein Fließgleichgewicht sorgen – den Wechsel zwischen Gleich- und Ungleichgewicht. Kybernetisch gesehen müssen wir nicht die einzelnen Bestandteile analysieren, um Verarbeitungsprozesse zu erkennen, sondern auf die Informationsflüsse als Ganzes schauen. Dabei muss der/die Beobachter:in (z.B. Spaziergänger:in) als Teil des Kontextes (Wald, Natur), den er/sie beobachtet, mitgedacht werden. Auch wenn wir empfinden, dass unser Bewusstsein von Eindrücken in der Natur geflutet wird, so könnte man dies mit einem „Waschvorgang“ vergleichen. Am Ende fühlen wir uns erfrischt und „sauber“ – „Waldbaden“ eben.

Wir müssen, schreibt Vester (2004, o.S.), auch die verbal-abstrakte Orientierung an einer in Begriffe und Oberbegriffe systematisch gegliederten Wirklichkeit ergänzen durch ein Erfassen ihrer konkreten systemischen Zusammenhänge. Es muss möglich sein, weiche, rein qualitative Einflussgrößen in Wirkungsgefüge und Simulationen einzubinden (Kosko, 1999, zit. nach Vester, 2004).

Ein Beispiel: EMDR. Die Abkürzung steht für „Eye Movement Desentization and Reprocessing“. Das ist eine evidenzbasierte psychotherapeutische Methode, die ursprünglich für die Verarbeitung von emotionalem Stress nach psychischer Traumatisierung von Francine Shapiro, einer amerikanischen Psychologin, entwickelt worden ist. Sie machte während eines Spazierganges vor circa 25 Jahren zufällig die Entdeckung, dass sie, während sie belastenden Gedanken nachhing, ihre Augen fortwährend von einer Seite zur anderen bewegte. Sie fand den Grund im Licht, das durch die Bäume fiel. Sie bemerkte, dass sich dadurch ihre quälenden Gedanken auflösten und einem neuen Gefühl Platz machten.

Wie Sie in der Einleitung gelesen haben, spielen die Augenbewegungen bei wohl jedem Spaziergang im Wald (und in der Landschaft) eine Rolle (Noton & Stark, 1971). Sie dienen der Orientierung, der Wahrnehmung und der Kontrolle. Im Fokus dieses Artikel könnte auch die Tatsache, dass beim Spaziergang permanent unterschiedliche Wuchsformen beobachtet werden, als Auslöser für das verbesserte Wohlbefinden in Frage kommen.

Biomechanik – Reaktion der Pflanzen

Wenn man den Einfluss von Pflanzen auf den Menschen untersuchen möchte, ist es nützlich, die Reaktion von Pflanzen auf ihre Umweltbedingungen zu beobachten, gerade hinsichtlich ihrer Physiologie und Biomechanik. Hier bieten Bäume ein gutes Modell, um pflanzliche und menschliche Entwicklungen zu vergleichen. Jeder Mensch kennt Bäume und die meisten Menschen sind beeindruckt von ihrer Größe und ihrer Stabilität. Bäume sind „Raumwesen“ – sie dehnen



Abbildung 1: Eiche und Zaun in Bad Muskau © Konrad Neuberger

sich in alle Richtungen aus, die die Umgebung zulässt. Die Form eines Baumes zeigt seine Geschichte und ist zugleich sein biomechanisches Tagebuch (Mattheck, 1992). „Jeder Baum“, so formuliert Mattheck seinen wichtigsten Lehrsatz, „strebt nach einer gleichmäßigen Verteilung mechanischer Spannungen an seiner Oberfläche“ (Mattheck, zit. nach Pollack, 2003, S. 118). Wenn wir beim Betrachten von Bäumen auf die eigene Körperspannung achten und so Phytoresonanz praktizieren, können wir erleben, wie diese sich von Baum zu Baum verändert. Bäume produzieren z.B. Zug- und Druckholz, um den Druck des Windes auszugleichen und nicht beschädigt zu werden oder um eine ungleiche Lastenverteilung auszugleichen. Um zum Beispiel bewusst zu stehen wie ein Baum, müssen unsere Gelenkstellungssensoren bei einem Schiefstand Impulse übermitteln, damit unsere Muskeln den nötigen Druck und Zug aufbauen. Überdies: Bäume vergrößern die Kontaktfläche mit allem, was sie dauerhaft berührt, seien es andere Bäume, Steine, Felsen oder Zäune.

Wenn wir beim Betrachten von Bäumen auf die eigene Körperspannung achten und so Phytoresonanz praktizieren, können wir erleben, wie diese sich von Baum zu Baum verändert.

So reduzieren sie den Druck, der von anders geformten Gegenständen ausgeht, wie von dem Zaun auf dem Foto (siehe Abb. links). Die Eiche vergrößert die Oberfläche, die sie mit dem Metallzaun teilt. Mattheck nennt dies „Abbau der Kontaktspannung“ (Mattheck, 1992, S. 33). Bäume heilen ihre Verletzungen selbst, indem sie am meisten dort wachsen, wo die Kerbspannungen am größten sind (Mattheck, 1992, S. 28); das heißt, sie reduzieren zum eigenen Schutz vor Verletzungen den Druck und die Spannung durch den Einbau von sogenanntem Druck- oder Zugholz. Der genannte Satz von Mattheck, „Jeder Baum strebt nach einer gleichmäßigen Verteilung mechanischer Spannungen an seiner Oberfläche“ (Mattheck, zit. nach Pollack, 2003, S. 118) erinnert stark an homöostatische Prozesse, die das Gleichgewicht der physiologischen Körperfunktionen des Menschen regeln und auch in vielen biologischen Systemen vorkommen, z.B. beim Blutdruck, dem Blutzuckerspiegel oder dem Säure-Basen-Haushalt. Hier gibt es Ähnlichkeiten zur Kybernetik als Regelungstechnik. Diese Phänomene können Ansatzpunkte sein, über eigene Fähigkeiten nachzudenken, mit schwierigen Anforderungen fertigzuwerden. „Bäume spenden [...] so etwas wie Trost. Sie haben eine Aura, die uns beruhigt. Wenn Sie Stress haben, gehen

Wenn Sie Stress haben, gehen Sie in den Wald – da ist er in einer halben Stunde weg.

Sie in den Wald – da ist er in einer halben Stunde weg“, sagt Claus Mattheck, der sich als Physiker ein Leben lang mit Mechanik beschäftigt hat (Deutsche Bundesstiftung Umwelt DBU, 2003). Die Frage, was das für das Thema bedeutet, wird uns weiter begleiten.

Info zum Artikel

Dies ist der 2. Teil einer 4-teiligen Serie. Teil 1 ist in [Ausgabe 1/25](#) auf den Seiten 31-34 erschienen, die weiteren Teile erscheinen in den Ausgaben 3-4/25.

Literaturhinweise

- Bauer, J. (2007). Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone (5. Auflage). München: Heyne.
- Bösel, R. (2006). Das Gehirn. Ein Lehrbuch der funktionellen Anatomie für die Psychologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Brämer, R. (2008). Grün tut uns gut. Daten und Fakten zur Renaturierung des Hightech-Menschen. Verfügbar unter: <http://www.wanderforschung.de/files/gruentutgut1258032289.pdf>. (abgerufen am 4.10.2017)
- Campenhausen, C. von (1993). Die Sinne des Menschen, Einführung in die Psycho-Physik der Wahrnehmung (2. Auflage). Stuttgart, New York: Thieme.
- Deutsche Bundesstiftung Umwelt DBU (2003). Prof. Dr. Claus Mattheck – Umweltpreisträger 2003. Forschungszentrum Karlsruhe. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=kYUSIS9fogy>.
- Dethloff, C. (o.J.). Kybernetik. Verfügbar unter: http://blog-conny-dethloff.de/?page_id=2038. (abgerufen am 4. 10. 2017)
- Fromm, E. (1974). Anatomie der menschlichen Destruktivität. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Hartig, T., Evans, G.W., Jamner, L.D., Davis, D.S. & Gärling, T. (2003). Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of Environmental Psychology*, 23(2), 109–123.
- Hasson, U., Nir, Y., Levy, I., Fuhrmann, G. & Malach, R. (2004). Intersubject synchronization of cortical activity during natural vision. *Science*, 303, 1634–1940.
- Kandel, E.R., Schwartz, J.H. & Jessell, T.M. (Hrsg.). (1996). *Neurowissenschaften. Eine Einführung*. Heidelberg, Berlin, Oxford: Spektrum Akademischer Verlag.
- Malach, R. (2007). Persönliche Mitteilung (Co-Autor von Hasson et al.; siehe oben).
- Mattheck, C. (1992). Die Baumgestalt als Autobiographie – Einführung in die Mechanik der Bäume und ihre Körpersprache. Braunschweig: Thalacker.
- Noton, D. & Stark, L.W. (1971). Scanpath in eye movements during perception. *Science*, 171, 308–311.
- Park, B.J., Tsunetsugu, Y., Kasetani, T., Kagawa, T. & Miyazaki, Y. (2010). The physiological effects of Shinrin-yoku (taking in the forest atmosphere or forest bathing): evidence from field experiments in 24 forests across Japan. *Environmental Health Preventive Medicine*, 15(1), 18–26. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19568835> (abgerufen am 1.12.2018)
- Pollack, F. (2003). Der Baumschüler. *brand eins*, (3), 114–119.
- Spitzer, M. (2005). *Frontalhirn an Mandelkern*. Stuttgart: Schattauer.
- Ulrich, R.S. (1981). Some psychophysiological effects, natural versus urban scenes. *Environment and Behavior*, 13(5), 523–556.
- Vester, F. (2001). *Denken, Lernen, Vergessen (überarbeitete Auflage)*. München: dtv.
- Vester, F. (2004). Biokybernetik und der Weg zur Nachhaltigkeit. In der Reihe: Forum (10/2004) des Malik Management Zentrum St. Gallen.
- Wiener, N. (1948). *Cybernetics: or control and communication in the animal and the machine*. Cambridge: MIT Press.
- Wilson, E.O. (2003). *Biophilia* (12. Auflage). Cambridge: Harvard University Press.

In Teilen veröffentlicht in:

- Gallis, C. (Hrsg.). (2007). *Green Care in Agriculture: Health Effects, Economics and Policies* (S. 161–164). Thessaloniki: University Studio Press.
- Mit freundlicher Genehmigung der University Studio Press, Thessaloniki, vom 30. Juni 2016.
- Übersetzung, Überarbeitung und Erweiterung des Artikels:
- Neuberger, K. (2007). *Phyto-Resonance Hypothesis, Part II: A Model to Describe the Process Between Plants and Human Beings. Part of a Theoretical Framework and a Model of the Benefits of Green Care on a Micro Level*. In C. Gallis (Hrsg.), *Green Care in Agriculture: Health Effects, Economics and Policies* (S. 161–166). Thessaloniki: University Studio Press.

Autor:in



Konrad Neuberger, M.A. arbeitete 35 Jahre mit psychisch erkrankten Menschen im Garten. Deutsche und englische Veröffentlichungen, Vorträge und Seminare zu Gartenbau und Therapie seit 1988. Mitwirkung bei COST 866, IGGT, Vorstand der GGuT. Lehrbeauftragter Uni Krams und EAG-FPI. Hof Sondern e.V. in Wuppertal, psychische Nachsorge, Gartentherapie (1996 bis 2018). Mailadresse: konrad-neuberger@ggut.org oder www.konrad-neuberger.de

Alfred Vollmer * 01.09.1952 – † 20.03.2025

Ein posthumer persönlicher Abschiedsbrief von IGGT Präsident und GHG Gesellschafter Andreas Niepel an seinen Weggefährten Alfred.

Lieber Alfred,

durch die Beschäftigung mit der Gartentherapie durfte ich in den letzten Jahrzehnten viele eindrucksvolle Menschen treffen. Intelligente, achtsame, manchmal fast weise Menschen, hochengagierte und aktive waren dabei und natürlich herzliche und auch witzige Persönlichkeiten.

Du, Alfred, hast all diese Eigenschaften in Dir getragen und dadurch, dass Du sie in all unser gemeinsames Handeln eingebracht hast, auch dafür Sorge getragen, dass wir, selbst wenn Du nicht persönlich anwesend warst, genauso achtsam und herzlich miteinander umgegangen sind. Dies hat mich immer beeindruckt. Ich erinnere mich daran, wie Du die ersten Absolvent:innen unserer Weiterbildung 2007 verabschiedet hast. Du sagtest: „Egal, ob Sie sich nun sicher fühlen, egal, ob Sie genügend theoretisches Wissen erlangt haben, das Wichtigste ist, dass Sie eine gute Haltung zu den Menschen haben, für die und mit denen Sie arbeiten. Mit dieser richtigen Haltung sind Sie auf dem besten Weg, die Dinge gut zu machen“. Und genau das hast Du uns auch mitgegeben.

Zum ersten Mal durfte ich Dich im Jahr 2004 treffen. Der Kontakt kam, wie ja häufig, über zwei Ecken zustande: Ein Bruder, ein gemeinsamer Freund und Dein Interesse, mehr über Gartentherapie zu erfahren. Wir sind dann noch im gleichen Jahr als „Herr Niepel“ und „Herr Vollmer“ gemeinsam zu Beratungen über einen Studiengang „Gartentherapie“ nach Saarbrücken gefahren und bereits auf dem Rückweg haben wir im Zugabteil als „Andreas“ und „Alfred“ die Weiterbildung GÄRTEN HELFEN LEBEN komplett konzipiert. Der Name stammt übrigens von Dir und mit all Deinem Engagement und Deinem zupackenden Wesen konnten wir 2006 mit der Weiterbildung beginnen. Dies alles wäre ohne Dich niemals möglich gewesen.

Welch ein Startpunkt für die heutige Praxis der Gartentherapie!

Als bald entstand die Idee, das Thema „Gartentherapie“ ganz grundsätzlich zu fördern und aktive Menschen und Organisationen zu vernetzen. Es ging Dir schließlich nie darum nur für Dich aktiv zu werden. Du wolltest stets „die Sache an sich“ voranbringen, so dass schon unmittelbar an ersten Treffen mit anderen wichtigen Organisationen gearbeitet wurde.

MEGA, - Mensch und Garten sollte die neue Organisation heißen. Daraus wurde dann nach einigen Jahren schließlich die „Internationale Gesellschaft Gartentherapie e.V.“.

Die IGGT, auf deren Gründungsdokument Dein Name steht. Aber nicht nur das. Du hast direkt die Sektion „Konzepte“ im Vorstand übernommen und das heutige „IGGT-Konzept der Gartentherapie“, also die Beschreibung dessen, wie wir uns und die Gartentherapie verstehen, ist dort unter Deinem Vorsitz in intensiver Arbeit entwickelt worden. Du hast in den Folgejahren in Lehrgängen unterrichtet, Du hast Konzepte und Buchkapitel geschrieben und die Menschen von unserer Sache begeistert.

Dabei hast Du niemals selber gartentherapeutisch mit Menschen direkt gearbeitet. All dieses Engagement hatte für Dich überhaupt keinen persönlichen Vorteil. Nein, Du hast es getan, weil Du „von der Sache“ überzeugt warst.

Und Du hast es vor allem getan, weil Dir eine Gruppe von Menschen besonders am Herzen lag: alte Menschen, gebrechliche Menschen, Menschen mit Demenz. Sich um sie und ihre Lebensqualität kümmern zu müssen, das war Deine Haltung. Ihnen bist Du zum ersten Mal während Deines Zivildienstes begegnet und dieses, ja liebevolle kümmern, hat nie, auch nicht als Du Karriere gemacht hast, nachgelassen. Ob als Altenpfleger, ob dann als Pflegedienstleiter, später sogar als Einrichtungsleiter, dann als Lehrender und als Leiter einer Altenpflegeausbildung, ja schließlich als

Gesundheitsmanager: Immer ging es Dir darum, die Lebensqualität dieser Menschen zu verbessern. Dafür hast Du Dich unter anderem für die Hauswirtschaft als alltägliche Verrichtung engagiert oder hast durchgesetzt, dass auch die tiergestützte Therapie hier eine Rolle spielt. Und schließlich hast Du die Natur und den Garten, und damit die Gartentherapie, als wichtigen Bestandteil entdeckt.

Lieber Alfred, es war eine wirkliche Ehre und auch ein großes Glück, Dich kennengelernt zu haben und mit Dir etwas gemeinsam bewegt zu haben. Für all das sage ich – und ich bin bei Weitem nicht der Einzige – Dir mehr als deutlich „Danke“.

Besonders aber dafür, dass Du unser heutiges vielfältiges Miteinander als Gartentherapeut:innen, als Planende, als Pflegende, als Menschen aus dem päd-

agogischen oder therapeutischen Bereich menschlich so sehr mitgeprägt hast. Mit Deiner Herzenswärme, mit Deinem – manchmal überschwänglichen – rheinischen Humor, mit Deinem Respekt vor der Unperfektheit der Menschen und mit Deinem dennoch unermüdlichen, unbändigen Engagement.

Du fehlst.

Andreas

Die Geschäftsführung und der gesamte Vorstand der IGGT ist ebenfalls in tiefer Trauer bei der Familie und wird Alfred in ehrender Erinnerung behalten.



Alfred Vollmer © Andreas Niepel

Rezensionen

Nachhaltige Schnittblumen

Von: Margrit De Collet | Verlag: Haupt Verlag, Bern | Jahr: 2025 | Seiten: 192 | ISBN: 978-3-258-08417-6

In dieser Ausgabe stellen wir nur drei Werke vor, die so gewählt sind, dass sie die Vielfalt des Sommers und des Lebens widerspiegeln. Beginnen möchten wir mit einer Thematik, die meines Erachtens in der Öffentlichkeit noch viel zu wenig Beachtung gefunden hat – nämlich mit der Frage, wo eigentlich unsere Schnittblumen herkommen und unter welchen Bedingungen sie für Mensch und Umwelt angebaut und verschickt werden.

Margrit De Colle, Österreichs erste Bioblumenbäuerin, führt seit 20

Jahren das Slowflower-Unternehmen „Vom Hügel“ und weiß, wie biologische Schnittblumen nachhaltig und regional angebaut, geerntet, gepflegt und nachbehandelt werden können. Dies sowohl im privaten als auch im wirtschaftlichen Bereich.

Besonders schön finde ich in diesem Werk nicht nur die informativen Inhalte, sondern auch die vielen wunderschönen Fotos inklusive Tipps zur Gestaltung von Kränzen, Tisch-Dekos und Sträußen.



Queer

Von: Josh L. Davis | Verlag: Haupt Verlag, Bern | Jahr: 2025 | Seiten: 128 | ISBN: 978-3-258-08408-4

Nicht nur bei uns Menschen zeigen Geschlechtsbestimmung und Sexualität eine herrliche Vielfalt. Auch in der Tier- und Pflanzenwelt ist nicht-heteronormatives Verhalten laut dem Autor Josh L. Davis wohl eher die Ausnahme denn die Regel, auch wenn dazu erst sehr wenige Erkenntnisse und Einsichten bekannt sind. Sowohl sexuelle Fortpflanzen als auch die Ausbildung des Geschlechts beruhen in Fauna und Flora auf einer komplexen Interaktion zwischen Genen, Hormonen,

Umwelt und Zufall. Es gibt auch sehr viele Tierarten, bei denen Individuen ihr Geschlecht im Laufe des Lebens wandeln können, sofern sich bestimmte Rahmenbedingungen ändern. Das Werk feiert die bisher zumeist unbeachtete oder bewusst vertuschte Bandbreite des Sexualverhaltens und der Geschlechtsbestimmung bei nicht-menschlichen Arten und zeigt auf, dass homosexuelles und queeres Verhalten nicht „unnatürlich“ sind.



Köstliches Unkraut

Von: Elisabeth Hammersen und Veronika Halmbacher | Verlag: Servus Verlag, Wien | Jahr: 2025 | Seiten: 103 | ISBN: 978-7104-0341-5

Zum Abschluss wollen wir Ihnen Lust auf die eine oder andere Mahlzeit aus der Natur machen. Egal, ob Pikantes, Smoothies oder Süßspeisen, mit Knoblauchsrauke, Gartenschaumkraut, Gänseblümchen, Rotklee, Vogelmieze, Gundermann, Giersch, Löwenzahn und Brennnessel lassen sich viele leckere Gerichte zubereiten. Das wissen auch Elisabeth Hammersen und Veronika Halmbacher, nebst anderen Ausbildungen auch ausgebildete TEH-Praktikerinnen. Letztere hat auch die wunderschönen Pflanzenportraits per

Hand gezeichnet. Besonders leicht nachzumachen und auch lecker finde ich übrigens den Unkrautessig und den Unkrautaufstrich.



Welt der Wissenschaft

Wir selektieren die hier gelisteten Artikel nach bestem Wissen und Gewissen und wählen nur solche aus, die auch in ihrer vollständigen Version zum Download zur Verfügung stehen. Falls es doch nicht klappt: In der Publikationsliste der Website www.greencare.at/publikationen sind sie ebenfalls gelistet.

Gärtnern

- Chen, Y., et al. (2025). Efficacy of repetitive transcranial magnetic stimulation combined with horticultural therapy for post-stroke depression: A randomized controlled trial. *Eurasian Journal of Medicine and Oncology* 025080032. [Download hier](#)
- Chen L., et al. (2025). How duration and frequency influence horticultural therapy's effect on depressive symptoms: evidence from a meta-analysis. *Frontiers in Psychology* 16. DOI=10.3389/fpsyg.2025.1575441 [Download hier](#)
- Huang, X., Malek, N., Mohd Salleh, M.Z. (2025). The Current Status and Development of Rehabilitation Landscape Design in Outdoor Spaces of Comprehensive Hospitals in China. *International Journal of Built Environment and Sustainability*, 12(2), A. 29–40. [Download hier](#)

Soziale Landwirtschaft

- Basset, F., Giarè, F., Senni, S., Soriano, B. (2025). A New Integrated Framework to Assess the Impact of Social Farming on Sustainability and Rural Development: A Case Study in Lazio. *Sustainability*, 17(4), S. 1715. [Download hier](#)
- Darcy, P.M., et al. (2025). Green Social Prescribing: A Before and After Evaluation of a Novel Community-Based Intervention for Adults Experiencing Mental Health Problems. *Wiley Health & Social Care in the Community*. [Download hier](#)
- Pancras, S., Venkata Ravi, R., Seerangan, C. (2025). Social Farming in India: A Therapeutic and Economic Solution for Mental Health and Agrarian Distress. *International Journal of Research in Management* 14 (1), S. 33-51. [Download hier](#)

Tiere

- Faucher, C., Behler, A., Campbell, M.E.J., Thienel, R. (2025). Effect of brief dog-assisted interventions on psychobiological indicators of stress: a systematic review. *Anxiety, Stress, & Coping*, S. 1–17. [Download hier](#)
- Penton, C. (2025). The Effect of Administered Animal-Assisted Therapy on University Students' Anxiety and Stress. *The Eleanor Mann School of Nursing Undergraduate Honors Theses* Retrieved from [Download hier](#)
- Rachlinski, R.W., McFarland, K.A. (2025). Applying Supervision to Animal Assisted Therapy: Using the Integrative Development Model. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 19(2). Retrieved from [Download hier](#)
- Sarman, A., Can, V., Tuncay, s., Loutfy, A. (2025). Determination of Nursing Students' Opinions on the Use of Animal-Assisted Interventions in Pediatric Care and Their Animal Love Levels. *Nursing & Health Sciences*. [Download hier](#)

Wald und Flur

- Duffin, K.R. (2025). Into the Forest: A Child and Family Therapist's Journey. Doctor of Philosophy, Faculty of Social Sciences, Brock University, St. Catharines, Ontario, USA. [Download hier](#)
- He, J., et al. (2025). A study of the adjunctive therapeutic effects of a 3-week bamboo forest therapy on chronic diseases in the elderly. *Frontiers in Environmental Health* 4. DOI=10.3389/fenvh.2025.1432082 [Download hier](#)
- Kasalak, M.A., Yalvaç, A., Kutlu, D. (2025). Evaluation of the Applicability of the Therapeutic Recreation Forest Therapy in Antalya Termessos National Park. *Romaya Journal*, 5(1), S. 130-141. [Download hier](#)



Sie wollen alte Ausgaben?

Die Druckversionen der Zeitschrift bis einschließlich Ausgabe 4/22 können als Einzelhefte über die [Green Care Website](https://www.greencare.at) bestellt werden.

Dort finden Sie auch ausführlichere Informationen und Leseproben über die gedruckten Ausgaben.

Ausgabe 1/23 und alle weiteren stehen gänzlich online zur Verfügung.



Ausgabe 1/25

Grüne Aktivierungsräume;
Draußen stark werden; Waldkraft;
Forschung und Wissenschaft



Ausgabe 4/24

Garten-Effekte; Grundlagenarbeit;
Forschung verbindet;
Grünraum und Stadtleben



Ausgabe 3/24

Allem Anfang wohnt ein Zauber
inne; Der frühe Vogel fängt den
Wurm; Landwirtschaft als Brücken-
Bauer zurück zur Natur;
Jeder Tropfen zählt



Ausgabe 2/24

Kommunikation als Schlüssel zur
Verbundenheit; Erfolgsrezepte aus
dem Therapiergarten; Resilienz-
förderung auf zwei und vier Beinen;
Über Verantwortung und
Handlungsfreiräume

IMPRESSUM

Herausgeber

Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Dr. Thomas Haase
Angermayergasse 1, 1130 Wien, Österreich
www.haup.ac.at

In Zusammenarbeit mit der Internationalen Gesellschaft für
GartenTherapie und dem
Verein GartenTherapieWerkstatt

Medieninhaber und Verlag

Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Angermayergasse 1, 1130 Wien, Österreich
www.haup.ac.at

Chefredaktion

Dr.ⁱⁿ Dorit van Meel (geb. Haubenhofer)
dorit.vanmeel@haup.ac.at

Redaktionsteam

Armada Bonomo, Andreas Niepel,
DIⁱⁿ Roswitha Wolf

Anzeigen

Verwaltung: Marianna Muzsik
marianna.muzsik@haup.ac.at
<http://www.greencare.at/fachzeitschrift>

Grafik

Petra Bahr, petra.bahr@gmx.at

Erscheinungsweise

4 Ausgaben jährlich
ISSN-L 2296-4924 |
ISSN (Online) 2296-4932

Coverbild/Bild Rückseite

Mirka from Pixabay

Alle Artikel im Heft stehen unter der Lizenz [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
zur Verfügung.

© 2025, Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Wien

GREEN CARE ist Mitgliederzeitschrift des Vereins
GartenTherapieWerkstatt
www.greencare.at

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: Periodisch erschei-
nendes internationales Informationsblatt. Die Inhalte der Bei-
träge geben die Meinung der Autor*innen wider und müssen
nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für
unaufgeforderte Manuskripte und Abbildungen übernimmt die
Redaktion keine Verantwortung. Die Redaktion behält sich das
Recht vor, Beiträge zu überarbeiten.



