

**Renata Schneider-Ulmann**  
**Martina Föhn**  
(Hrsg.)

# Lehrbuch Gartentherapie

2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage

unter Mitarbeit von

Trudi Beck  
Martina Föhn  
Jürgen Georg  
Karin Höchli  
Regina Hoffmann  
Susanne Karn  
Karoline Meixner-Katzmann  
Maria Putz  
Renata Schneider-Ulmann  
Gabriele Vef-Georg  
Martin Verra

# Inhaltsverzeichnis

<b>Geleitwort zur 2. Auflage</b>	13
<b>Geleitwort zur 1. Auflage</b>	15
<b>Danksagung 2. Auflage</b>	16
<b>Danksagung 1. Auflage</b>	17
<b>Einführung ins Lehrbuch</b>	18

## Teil I – Grundlagen

### 1. Gartentherapie – Begriffe, Entwicklung, Anwendung

*Renata Schneider-Ulmann*

1.1	Einleitung	25
1.2	Begriffe	25
1.2.1	Ergotherapeutische Mittel und ergotherapeutische Medien	25
1.2.2	Therapieformen	25
1.2.3	Charakterisierung und Abgrenzung der Therapieformen	27
1.2.4	Teilgebiete von «green care»	29
1.3	Historische Entwicklung	30
1.3.1	Die Anfänge	30
1.3.2	19. Jahrhundert	30
1.3.3	Erste Hälfte des 20. Jahrhunderts	32
1.3.4	Entwicklungen seit 1950	32
1.4	Aktuelle Anwendungsbereiche	34
1.4.1	Gerontologie/Geriatrie	34
1.4.2	Rehabilitation	34
1.4.3	Psychiatrie	34
1.4.4	Institutionen für Menschen mit Beeinträchtigungen	37
1.4.5	Strafvollzug	40
1.5	Zusammenfassung	40
1.6	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	40

## 2. Pflanzen als therapeutische Mittel

*Renata Schneider-Ulmann*

2.1	Einleitung	45
2.2	Stellenwert und Potenzial von Pflanzen als therapeutische Mittel	45
2.3	Grundlegende Gemeinsamkeiten von Mensch und Pflanze	45
2.3.1	Charakteristische Eigenschaften von Leben	45
2.3.2	Organisationsgrad	45
2.4	Physische Abhängigkeit des Menschen von Pflanzen und Sonnenlicht	48
2.5	Abhängigkeiten des Menschen von Pflanzen und Theorien zu Naturerfahrungen	51
2.6	Pflanzen mit allen Sinnen wahrnehmen	53
2.6.1	Allgemeine Aspekte	53
2.6.2	Vegetationsgrün ist attraktiv	55
2.6.3	Die Sinnlichkeit der Rose	55
2.6.3.1	Betörender Duft für die Nase	55
2.6.3.2	Harmonische Formen und Farben für das Auge	56
2.6.3.3	Samtige Blütenblätter und stachelige Stängel für den Tastsinn	56
2.6.3.4	Blütenblätter und Früchte als Gaumenschmaus	57
2.7	Pflanzen im Kontext mit menschlicher Kultur, Lebensprinzipien und therapeutischen Aspekten	58
2.7.1	Selektion und Kultivation von Nahrungspflanzen	58
2.7.2	Hegen und Pflegen – ein gartentherapeutisches Prinzip	59
2.7.3	Der natürliche Lebensrhythmus	60
2.7.4	Akzeptanz therapeutischer Aktivitäten mit Pflanzen	61
2.7.5	Die heilende Wirkung von Pflanzen	61
2.7.6	Für Gartentherapien ungeeignete Pflanzen	62
2.7.7	Pflanzen im kulturellen Kontext	63
2.8	Ziele einer Therapie mit Pflanzen als therapeutische Mittel	64
2.9	Zusammenfassung	64
2.10	Quellen und weiterführende Literatur	65

## 3. Qualifikationen, über die Gartentherapierende verfügen müssen

*Renata Schneider-Ulmann*

3.1	Einleitung	69
3.2	Erforderliche Fähigkeiten und Kenntnisse	69
3.3	Zusammenfassung	72
3.4	Weiterführende Literatur	72

## 4. Gartentherapeutischer Prozess und Evaluation

*Jürgen Georg*

4.1	Einführung	75
4.2	Gartentherapeutischer Prozess	75
4.2.1	Gartentherapeutisches Assessment	76
4.2.2	Festlegen gartentherapeutischer Ziele	78
4.2.3	Planen des gartentherapeutischen Prozesses	82
4.2.4	Durchführen des gartentherapeutischen Prozesses	83
4.2.5	Evaluieren gartentherapeutischer Angebote	83
4.3	Zusammenfassung	84
4.4	Quellen und weiterführende Literatur	84

## 5. Pflanzengestützte Gesundheits- und Krankenpflege in der Langzeit- und Spitexpflege Betagter

*Gabriele Vef-Georg*

5.1	Einführung	89
5.2	Rahmenmodelle pflanzengestützter Gesundheits- und Krankenpflege	89

5.2.1	Pflegemodelle von Krohwinkel und Gordon	90
5.2.2	Pflanzengestützte Gesundheits- und Krankenpflege im Pflegeprozess	92
5.3	Bedarfseinschätzung pflanzengestützter Gesundheits- und Krankenpflege	92
5.4	Indikationen pflanzengestützter Gesundheits- und Krankenpflege	94
5.4.1	Pflegediagnose: «beeinträchtigte körperliche Mobilität»	94
5.4.2	Pflegediagnosen: «akute Schmerzen», «chronische Schmerzen»	94
5.4.3	Pflegediagnose: «Beschäftigungsdefizit»	95
5.4.4	Pflegediagnose: «beeinträchtigte Gedächtnisleistung»	95
5.4.5	Pflegediagnose: «Machtlosigkeit»	95
5.4.6	Pflegediagnose: «Selbstversorgungsdefizit: Essen»	96
5.4.7	Pflegediagnosen: «soziale Isolation», «Vereinsamungsgefahr»	96
5.4.8	Pflegediagnose: «Schlafstörung mit Schlaf-Wach-Rhythmus-Umkehr»	96
5.4.9	Pflegediagnose: «ruheloses Umhergehen»	97
5.5	Pflegeziel der pflanzengestützten Pflege	97
5.6	Planen und Durchführen pflanzengestützter Pflege	98
5.6.1	«Indoor-gardening»	99
5.6.1.1	Aktivitäten mit Pflanzen bei bettlägerigen Betagten	99
5.6.1.2	Zimmerpflanzen pflegen	100
5.6.1.3	Büropflanzen umsorgen	100
5.6.1.4	Kistchen und Töpfe im Haus bepflanzen	100
5.6.1.5	Kräuter verarbeiten – Kräutersalz	100
5.6.1.6	Umgebungen jahreszeitlich gestalten und bepflanzen	101
5.6.2	Gärtnerisches und pflegerisches Handeln im Vergleich	102
5.7	Evaluation	102
5.8	Selbstpflege fördern im Garten	102
5.9	Pflanzengestützte Pflege – Settings und Zielgruppen	102
5.10	Pflegeforschung	102
5.11	Zusammenfassung	103
5.12	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	103

## 6. Bedürfniserhebung als Planungsgrundlage für Therapiegärten und Gartentherapieeinheiten

Trudi Beck

6.1	Einleitung	109
6.2	Projektleitung und Projektgruppe	109
6.2.1	Aufgaben der Projektleitung	109
6.2.2	Zusammensetzung der Projektgruppe	110
6.2.3	Aufgaben der Projektgruppe	110
6.3	Bedürfniserhebung	111
6.3.1	Gründe für eine Bedürfniserhebung	111
6.3.2	Methodisches Vorgehen	112
6.3.3	Bedürfniserhebung in den beiden vorgestellten KTI-Projekten	113
6.4	Zusammenfassung	113
6.5	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	114

## 7. Der Garten als Raum für therapeutische Angebote

Susanne Karn

7.1	Einleitung	117
7.2	Gesundheitsvorsorge durch Gärten und Parks	117
7.3	Der ergänzende Erlebnisraum	117
7.4	Vom Außenraum zum Therapiegarten	118
7.5	Von der Idee zur Umsetzung	119
7.5.1	Die Lage des Therapiegartens	120

7.5.2	Leitbild für den therapeutischen Garten	120
7.5.3	Module für Therapie im Außenraum	121
7.5.3.1	Arbeitsbezogene Rehabilitation	121
7.5.3.2	Entspannungstherapien	121
7.5.3.3	Gartentherapie	122
7.5.4	Raumprogramm, Vorentwurf und Entwurf	122
7.5.5	Exemplarische Einzelelemente	123
7.5.5.1	Hochbeete	123
7.5.5.2	Wasserbecken und Brunnen	126
7.5.5.3	Wege	127
7.6	Zusammenfassung	127
7.7	Quellen	127

## Teil II – Forschung und Praxis

### 8. Zusammenfassung der Forschungsergebnisse

*Renata Schneter-Ulmann*

8.1	Einleitung	133
8.2	Visuelle und olfaktorische Wahrnehmung von Pflanzen und Gesundheit	133
8.2.1	Schmerzempfindung und Gesundheitszustand	133
8.2.2	Stress	133
8.2.3	Gemütslage von Kindern	134
8.3	Pflanzengestützte Gesundheits- und Krankenpflege	134
8.4	Garten und Therapien in der Rehabilitation	135
8.5	Garten und Therapien für Betagte	137
8.5.1	Einfluss des Gartenraums	137
8.5.2	Einfluss gärtnerischer Aktivitäten	137
8.5.3	Gartentherapeutische Programme	138
8.6	Garten, Gartentherapie und gärtnerische Aktivitäten für Menschen mit Demenz	138
8.6.1	Aufenthalt im Garten im Kontext mit Gemütszustand	138
8.6.2	Gartentherapeutische Programme, gärtnerische Aktivitäten	139
8.7	Gartentherapie mit psychisch kranken Menschen	140
8.7.1	Therapeutisches Gärtnern bei Menschen mit Depression	140
8.7.2	Gartentherapie bei Menschen mit Schizophrenie oder Psychose	140
8.7.3	Naturbasierte Rehabilitation bei stressbedingten psychischen Störungen	140
8.8	Gartentherapie für Kinder mit Beeinträchtigungen	141
8.9	Metaanalyse zu Gärtnern und Gesundheit	142
8.10	Zusammenfassung	142
8.11	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	144

### 9. KTI-Projekt Therapeutische Gärten für Alterszentren

*Trudi Beck, Regina Hoffmann, Karin Höchli, Susanne Karn, Renata Schneter-Ulmann*

9.1	Einleitung	149
9.2	Rahmenbedingungen des Projektes	149
9.2.1	Grundidee	149
9.2.2	Projektziele	149
9.2.3	Projektpartner	150
9.2.3.1	Alterszentrum Gibeleich in Opfikon/Glattbrugg	150
9.2.3.2	Bewohnerinnen und Bewohner des Alterszentrums Gibeleich	151
9.2.4	Methodenwahl und Vorgehensweise	151

9.3	Sozialwissenschaftliche Bedürfniserhebung	152
9.3.1	Ergebnisse der Beobachtungen und Interviews 2003	152
9.3.2	Ergebnisse der Beobachtungen und Interviews 2004	153
9.4	Planung und Realisation der Außenanlage	153
9.4.1	Landschaftsarchitektonisches Konzept	153
9.4.1.1	Bestandserhebung	153
9.4.1.2	Pflanzenbestand 2003, vor der baulichen Umsetzung	156
9.4.1.3	Gartenmanagement 2003, vor der Umsetzungsphase	156
9.4.1.4	Bedarfsanalyse und erste Entwürfe	157
9.4.2	Realisierte Bereiche	159
9.4.2.1	Flaniergarten	159
9.4.2.2	Therapiezimmer mit Hochbeet	159
9.4.2.3	Nutz- und Erlebnisgarten	160
9.4.3	Pflanzenbestand 2004, nach der baulichen Umsetzung	160
9.4.4	Gartenmanagement 2004, nach der Umsetzungsphase	160
9.4.5	Unterhalt von Therapiegärten allgemein	161
9.5	Der therapeutische Aspekt der Pflanzen im Alterszentrum	162
9.5.1	Pflanzen durch die Jahreszeiten	162
9.5.2	Pflanzen für Sträuße und Dekorationen	162
9.5.3	Pflanzen zum Naschen	165
9.5.4	Kräuter, Heilpflanzen, Gemüse, Beeren zum Weiterverarbeiten	168
9.5.5	Pflanzen für Tiere	169
9.5.6	Giftige Pflanzen	170
9.6	Therapieprogramme im Alterszentrum	170
9.6.1	Einleitung	170
9.6.2	Gemeinsame Aspekte	171
9.6.2.1	Zielformulierungen	171
9.6.2.2	Dokumentation und Auswertung der Programme	172
9.6.3	Therapieprogramme «Gemüsehochbeet»	172
9.6.3.1	Einleitung	172
9.6.3.2	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der Therapierenden	173
9.6.3.3	Infrastruktur und Materialien	173
9.6.3.4	Jahresplanung am Hochbeet	174
9.6.3.5	Richtziele und Feinziele	181
9.6.3.6	Therapieprogramm «Anbau, Pflege und Ernte von Kresse»	181
9.6.4	Therapieprogramme «Pflanzen des Gartens»	189
9.6.4.1	Einleitung	189
9.6.4.2	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der Therapierenden	189
9.6.4.3	Infrastruktur und Materialien	189
9.6.4.4	Pflanzen der Therapieprogramme im Jahresverlauf	190
9.6.4.5	Richtziele und Feinziele	193
9.6.4.6	Therapieprogramm «Farben von Pflanzen»	194
9.6.5	Die Therapieprogramme «Herstellung von Teemischungen» und «Herstellung von Salben»	199
9.6.5.1	Einleitung	199
9.6.5.2	Hinweise zur Verarbeitung von Heilpflanzen	199
9.6.5.3	Notwendige Vorkenntnisse der Therapierenden	200
9.6.5.4	Richtziele und Feinziele	200
9.6.5.5	Therapieprogramme «Herstellung von Teemischungen»	201
9.6.5.6	Therapieprogramm «Herstellung von Ringelblumensalbe»	213
9.7	Evaluationen	216
9.7.1	Ergebnisse der Befragung 2004	216
9.7.2	Ergebnisse der Nachbefragung 2008	216

9.7.2.1	Gartenanlage und Gartenunterhalt	216
9.7.2.2	Gartennutzung	219
9.7.3	Schlussfolgerungen	219
9.8	Therapiegarten Gibeleich – 11 Jahre nach Projektabschluss	222
9.9	Zusammenfassung	226
9.10	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	227

## 10. Das KTI-Projekt «Therapie- und Erlebnisgarten RehaClinic Zurzach»

*Trudi Beck, Martina Föhn, Regina Hoffmann, Susanne Karn, Renata Schneider-Ulmann, Martin Verra*

10.1	Einleitung	231
10.2	Rahmenbedingungen des Projektes	232
10.2.1	Bedeutung und Grundidee	232
10.2.2	Projektziele	232
10.2.3	Projektpartner	233
10.2.4	Projektverlauf	235
10.3	Vorgehensweise und Methodenwahl	235
10.3.1	Landschaftsarchitektonische Erhebungen für die Umsetzungsphase «Bestandserhebung»	235
10.3.2	Sozialwissenschaftliche Erhebungen für die Umsetzungsphase «Fragestellung»	237
10.3.3	Entwicklung der Gartentherapieprogramme	239
10.3.4	Wirkungsanalyse der Gartentherapieprogramme	239
10.3.4.1	Zielgruppen	239
10.3.4.2	Quantitativer Teil der Wirkungsanalyse	240
10.3.4.3	Qualitativer Teil der Wirkungsanalyse	240
10.4	Planung und bauliche Umsetzung der Außenanlage	241
10.4.1	Landschaftsarchitektonisches Konzept	241
10.4.2	Außenanlage nach der baulichen Umsetzung 2007	242
10.5	Der therapeutische Aspekt der Pflanzen bei RehaClinic Zurzach	248
10.5.1	Die Pflanzenauswahl als Grundlage für Gartentherapien	248
10.5.1.1	Pflanzen durch die Jahreszeiten – Sinnespflanzen	248
10.5.1.2	Pflanzen zum Zurückschneiden	250
10.5.1.3	Pflanzen für Sträube	253
10.5.1.4	Pflanzen zum Naschen – Beeren, Früchte und Blüten	254
10.5.2	Gartenunterhalt und weitere Aufgaben	255
10.6	Das Gewächshaus als Raum für Gartentherapien	256
10.6.1	Einleitung	256
10.6.2	Zur Geschichte der Gewächshäuser	257
10.6.3	Planung eines Therapiegewächshauses	257
10.6.4	Raumaufteilung im Gewächshaus bei RehaClinic Zurzach	258
10.6.4.1	Therapieraum	258
10.6.4.2	Weitere Räume	260
10.6.5	Konstruktion und Bauart des Gewächshauses	261
10.6.6	Inneneinrichtung des Gewächshauses	262
10.6.6.1	Infrastruktur	262
10.6.6.2	Mobiliar	265
10.6.7	Bepflanzung des Gewächshauses	266
10.6.7.1	Wirkung der Pflanzen im Gewächshaus	266
10.6.7.2	Auswahl der Pflanzen für das Gewächshaus	267
10.6.8	Anforderungen an ein Therapiegewächshaus	269
10.6.8.1	Rollstuhlgängigkeit	269
10.6.8.2	Anforderungen an die Sicherheit	269
10.6.9	Zusammenfassung	270
10.7	Standardisierte Gartentherapieprogramme für Schmerz- und Schlaganfallpatientinnen und -patienten	270

10.7.1	Einleitung	270
10.7.2	Gemeinsame Aspekte	272
10.7.2.1	Infrastruktur und Materialien der beiden Programme	272
10.7.2.2	Zielformulierungen	280
10.7.2.3	Dokumentation und Auswertung der Programme	280
10.7.3	Programm für Gruppentherapien mit Schmerzpatientinnen und -patienten	280
10.7.3.1	Einleitung	280
10.7.3.2	Chronischer Schmerz	280
10.7.3.3	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der Therapeutinnen und Therapeuten	283
10.7.3.4	Infrastruktur und Materialien	283
10.7.3.5	Richtziele und Feinziele	283
10.7.3.6	Standardisiertes Programm	284
10.7.4	Programm für die Einzeltherapie mit Schlaganfallpatientinnen und -patienten	297
10.7.4.1	Einleitung	297
10.7.4.2	Schlaganfall	297
10.7.4.3	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der Therapeutinnen und Therapeuten	298
10.7.4.4	Infrastruktur und Materialien	299
10.7.4.5	Richtziele und Feinziele	299
10.7.4.6	Standardisiertes Programm	300
10.8	9 Jahre Gartentherapie im Therapie- und Erlebnisgarten RehaClinic Zurzach	317
10.8.1	Ergebnisse aus dem Gespräch mit Patienten	317
10.8.2	Ergebnisse aus dem Gespräch mit Therapierenden und Verantwortlichen für den Gartenunterhalt	318
10.9	Zusammenfassung	323
10.10	Quellen und weiterführende Literatur	324

## 11. Gartentherapie im Arbeitsfeld Psychiatrie

*Maria Putz*

11.1	Einleitung	329
11.2	Psychiatrie	329
11.3	Der gartentherapeutische Ansatz in der Psychiatrie	330
11.3.1	Therapeutische Arbeit und gärtnerische Tätigkeit – die Korrelation innerer und äußerer Vorgänge	331
11.3.2	Grundlegende Fragestellungen zu Gartentherapieeinheiten	332
11.3.3	Die gartentherapeutische Begleitung – ein Prozess	333
11.3.4	Schwerpunkte und Potentiale einer gartentherapeutischen Begleitung in der re-integrativen klinisch/therapeutischen Arbeit	333
11.3.5	Die fünf Ebenen der ICF	334
11.4	Die gartentherapeutische Beziehung	338
11.4.1	Gartentherapeutische Haltung: Beispiel Trauma	338
11.5	Interventionen, Zielsetzungen und (garten)therapeutische Haltung bei ausgewählten psychiatrischen Erkrankungen	339
11.6	Multiprofessionelles Arbeiten	344
11.7	Arbeit – Arbeitsfähigkeiten – Alltagsfähigkeiten	347
11.8	Assessment – Therapie – Evaluierung – Dokumentation	348
11.9	Zusammenfassung und Ausblick	352
11.10	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	352

## 12. Gartentherapie im Bereich Pädiatrie

*Karoline Meixner-Katzmann*

12.1	Einleitung	357
12.2	Kindheit in der heutigen Gesellschaft	358
12.3	Unterschiede zwischen Gartentherapie für Erwachsene und Gartentherapie für Kinder	359
12.4	Therapiegarten für Kinder und Jugendliche	360



12.5	Die Gartentherapie mit Kindern und Jugendlichen	363
12.5.1	Zur Pflanzenauswahl	364
12.5.2	Werkzeuge/Ausstattung	366
12.5.3	DIN-Maße für die größengerechte Dimensionierung von Hochbeeten	367
12.6	Zum Ablauf einer gartentherapeutischen Einheit	368
12.7	Ziele in der Gartentherapie mit Kindern und Jugendlichen	369
12.8	Beobachtung und Dokumentation	369
12.9	Ausgewählte Diagnosen	370
12.9.1	Autismus	370
12.10	Erfahrungsberichte aus der Praxis	375
12.10.1	Kinder- und Jugendpsychiatrie Holweide, Köln, Deutschland	375
12.10.2	The Centers for Exceptional Children, Winston Salem, NC, USA	376
12.11	Zusammenfassung	376
12.12	Quellen und Internet-Links	378

## Anhang

<b>Glossar</b>	382
<b>Gesprächsleitfaden</b>	396
<b>Informationen zur ZHAW in Wädenswil</b>	400
<b>Verzeichnis der im Buch erwähnten Pflanzen</b>	402
<b>Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Herausgeberinnen</b>	410
<b>Sachwortverzeichnis</b>	415
<b>Pflanzennamen/deutsch</b>	422
<b>Pflanzennamen/lateinisch</b>	425

## Downloads

Formulare und erwähnte Dokumentationen sind als Download unter [www.hogrefe.ch/downloads/lehrbuch-gartentherapie](http://www.hogrefe.ch/downloads/lehrbuch-gartentherapie) abrufbar.