

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	13
Danksagung	15
Einführung ins Lehrbuch	16

Teil I – Grundlagen

1. Gartentherapie – Begriffe, Entwicklung, Anwendung

<i>Renata Schneiter-Ulmann</i>	
1.1 Einleitung	23
1.2 Begriffe	23
1.2.1 Ergotherapeutische Mittel und ergotherapeutische Medien	23
1.2.2 Therapieformen	23
1.2.3 Charakterisierung und Abgrenzung der Therapieformen	24
1.2.4 Die Teilgebiete von «green care»	25
1.3 Historische Entwicklung	26
1.3.1 Die Anfänge	26
1.3.2 19. Jahrhundert	26
1.3.3 Erste Hälfte des 20. Jahrhunderts	28
1.3.4 Entwicklungen seit 1950	28
1.4 Aktuelle Anwendungsbereiche	28
1.4.1 Gerontologie	28
1.4.2 Rehabilitation	28
1.4.3 Psychiatrie	28
1.4.4 Institutionen für Behinderte	32
1.4.5 Strafvollzug	34
1.5 Zusammenfassung	34
1.6 Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	35

2. Pflanzen als therapeutische Mittel

<i>Renata Schneiter-Ulmann</i>	
2.1 Einleitung	39
2.2 Stellenwert und Potenzial von Pflanzen als therapeutisches Medium	39
2.3 Grundlegende Gemeinsamkeiten von Mensch und Pflanze	39
2.3.1 Charakteristische Eigenschaften von Leben	39

2.3.2	Organisationsgrad	39
2.4	Physische Abhangigkeit des Menschen von Pflanzen und Sonnenlicht	42
2.5	Pflanze und Mensch in der Evolution	45
2.6	Pflanzen mit allen Sinnen wahrnehmen	46
2.6.1	Allgemeine Aspekte	46
2.6.2	Vegetationsgrun ist attraktiv	48
2.6.3	Die Sinnlichkeit der Rose	48
2.6.3.1	Bet��ender Duft für die Nase	48
2.6.3.2	Harmonische Formen und Farben für das Auge	49
2.6.3.3	Samtige Bl��tenbl��ter und stachelige Stängel für den Tastsinn	50
2.6.3.4	Bl��tenbl��ter und Früchte als Gaumenschmaus	50
2.7	Pflanzen, menschliche Kultur, Lebensprinzipien und therapeutische Aspekte	51
2.7.1	Selektion und Kultivation von Nahrungspflanzen	51
2.7.2	Hegen und Pflegen – ein gartentherapeutisches Prinzip	52
2.7.3	Der natürliche Lebensrhythmus	53
2.7.4	Akzeptanz therapeutischer Aktivitäten mit Pflanzen	53
2.7.5	Die heilende Wirkung von Pflanzen	54
2.7.6	Für Gartentherapien ungeeignete Pflanzen	55
2.7.7	Pflanzen im kulturellen Kontext	55
2.8	Ziele einer Therapie mit Pflanzen als therapeutisches Medium	56
2.9	Zusammenfassung	56
2.10	Quellen und weiterführende Literatur	57

3. Qualifikationen, über die ein Gartentherapeut verfügen muss

Renata Schneiter-Ullmann

3.1	Einleitung	61
3.2	Fähigkeiten und Kenntnisse eines guten Gartentherapeuten	61
3.3	Zusammenfassung	64
3.4	Weiterführende Literatur	64

4 Gartentherapeutischer Prozess und Evaluation

Jürgen Georg

4.1	Gartentherapeutischer Prozess	67
4.1.1	Gartentherapeutisches Assessment	68
4.1.2	Festlegen gartentherapeutischer Ziele	69
4.1.3	Planen des gartentherapeutischen Prozesses	74
4.1.4	Durchführen des gartentherapeutischen Prozesses	75
4.1.5	Evaluieren gartentherapeutischer Angebote	75
4.2	Quellen, weiterführende Literatur	75

5. Pflanzengest  zte Gesundheits- und Krankenpflege in der Langzeit- und Spitexpflege Betagter

Gabriele Vef-Georg

5.1	Einführung	79
5.2	Rahmenmodelle pflanzengest��zter Gesundheits- und Krankenpflege	79
5.2.1	Pflegemodele von Krohwinkel und Gordon	80
5.2.2	Pflanzengest��zte Gesundheits- und Krankenpflege im Pflegeprozess	82
5.3	Bedarfseinsch��tzung pflanzengest��zter Gesundheits- und Krankenpflege	82
5.4	Indikationen pflanzengest��zter Gesundheits- und Krankenpflege	84
5.4.1	Pflegediagnose: beeinträchtigte körperliche Mobilität	84

5.4.2	Pflegediagnosen «akute Schmerzen», «chronische Schmerzen»	84
5.4.3	Pflegediagnose «Beschäftigungsdefizit»	85
5.4.4	Pflegediagnose «beeinträchtigte Gedächtnisleistung»	85
5.4.5	Pflegediagnose «Machtlosigkeit»	85
5.4.6	Pflegediagnose «Selbstversorgungsdefizit: Essen»	86
5.4.7	Pflegediagnosen «soziale Isolation», «Vereinsamungsgefahr»	86
5.4.8	Pflegediagnose «Schlafstörung mit Schlaf-Wach-Rhythmus-Umkehr»	86
5.4.9	Pflegediagnose «ruheloses Umhergehen»	87
5.5	Pflegeziel der pflanzengestützten Pflege	87
5.6	Planen und Durchführen pflanzengestützter Pflege	88
5.6.1	«Indoor-gardening»	89
5.6.1.1	Aktivitäten mit Pflanzen bei bettlägerigen Betagten	89
5.6.1.2	Zimmerpflanzen pflegen	90
5.6.1.3	Büropflanzen umsorgen	90
5.6.1.4	Kistchen und Töpfe im Haus bepflanzen	90
5.6.1.5	Kräuter verarbeiten – Kräutersalz	90
5.6.1.6	Umgebungen jahreszeitlich gestalten und bepflanzen	91
5.6.2	Gärtnerisches und pflegerisches Handeln im Vergleich	92
5.7	Evaluation	92
5.8	Selbstpflege fördern im Garten	92
5.9	Pflanzengestützte Pflege – Settings und Zielgruppen	92
5.10	Pflegeforschung	92
5.11	Zusammenfassung	93
5.12	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	93

6. Bedürfniserhebung als Planungsgrundlage für Therapiegärten und Gartentherapieeinheiten

Trudi Beck

6.1	Einleitung	99
6.2	Projektleitung und Projektgruppe	99
6.2.1	Aufgaben der Projektleitung	99
6.2.2	Zusammensetzung der Projektgruppe	100
6.2.3	Aufgaben der Projektgruppe	100
6.3	Bedürfniserhebung	101
6.3.1	Gründe für eine Bedürfniserhebung	101
6.3.2	Methodisches Vorgehen	102
6.3.3	Bedürfniserhebung in den beiden vorgestellten KTI-Projekten	103
6.4	Zusammenfassung	103
6.5	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	104

7. Der Garten als Raum für therapeutische Angebote

Susanne Karr

7.1	Einleitung	107
7.2	Gesundheitsvorsorge durch Gärten und Parks	107
7.3	Der ergänzende Erlebnisraum	107
7.4	Vom Außenraum zum Therapiegarten	108
7.5	Von der Idee zur Umsetzung	109
7.5.1	Die Lage des Therapiegartens	110
7.5.2	Leitbild für den therapeutischen Garten	110
7.5.3	Module für Therapie im Außenraum	111
7.5.3.1	Arbeitsbezogene Rehabilitation	111

7.5.3.2	Entspannungstherapien	111
7.5.3.3	Gartentherapie	112
7.5.4	Raumprogramm, Vorentwurf und Entwurf	112
7.5.5	Exemplarische Einzelemente	113
7.5.5.1	Hochbeete	113
7.5.5.2	Wasserbecken und Brunnen	116
7.6	Zusammenfassung	117
7.7	Quellen	117

Teil II – Forschung und Praxis

8. Zusammenfassung der Forschungsergebnisse

Renata Schneiter-Ulmann

8.1	Einleitung	123
8.2	Visuelle und olfaktorische Wahrnehmung von Pflanzen und Gesundheit	123
8.2.1	Schmerzempfindung und Gesundheitszustand	123
8.2.2	Stress	123
8.3	Garten und Therapien für Betagte	124
8.3.1	Einfluss des Gartenraums	124
8.3.2	Einfluss gärtnerischer Aktivitäten	124
8.3.3	Gartentherapeutische Programme	125
8.4	Garten und Therapien in der Rehabilitation	125
8.5	Zusammenfassung	126
8.6	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	127

9. KTI-Projekt Therapeutische Gärten für Alterszentren (2003–2005)

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

9.1	Einleitung	131
9.2	Rahmenbedingungen des Projektes	131
9.2.1	Bedeutung und Grundidee	131
9.2.2	Projektziele	131
9.2.3	Projektpartner	132
9.2.3.1	Alterszentrum Gibeleich in Opfikon/Glattbrugg	132
9.2.3.2	Bewohnerinnen und Bewohner des Alterszentrums Gibeleich	133
9.2.4	Methodenwahl und Vorgehensweise	133
9.3	Sozialwissenschaftliche Bedürfniserhebung	134
9.3.1	Ergebnisse der Beobachtungen und Interviews 2003	134
9.3.2	Ergebnisse der Beobachtungen und Interviews 2004	135
9.4	Planung und Realisation der Außenanlage	135
9.4.1	Landschaftsarchitektonisches Konzept	135
9.4.1.1	Bestandserhebung	135
9.4.1.2	Pflanzenbestand 2003, vor der baulichen Umsetzung	138
9.4.1.3	Gartenmanagement 2003, vor der Umsetzungsphase	138
9.4.1.4	Bedarfsanalyse und erste Entwürfe	139
9.4.2	Realisierte Bereiche	141
9.4.2.1	Flaniergarten	141
9.4.2.2	Therapiezimmer mit Hochbeet	141
9.4.2.3	Nutz- und Erlebnisgarten	142

9.4.3	Pflanzenbestand 2004, nach der baulichen Umsetzung	142
9.4.4	Gartenmanagement 2004, nach der Umsetzungsphase	142
9.4.5	Unterhalt von Therapiegärten allgemein	143
9.5	Der therapeutische Aspekt der Pflanzen im Alterszentrum	144
9.5.1	Pflanzen durch die Jahreszeiten	144
9.5.2	Pflanzen für Sträuße und Dekorationen	144
9.5.3	Pflanzen zum Naschen	149
9.5.4	Kräuter, Heilpflanzen, Gemüse, Beeren zum Weiterverarbeiten	151
9.5.5	Pflanzen für Tiere	152
9.5.6	Giftige Pflanzen	154
9.6	Therapieprogramme im Alterszentrum	154
9.6.1	Einleitung	154
9.6.2	Gemeinsame Aspekte	155
9.6.2.1	Zielformulierungen	155
9.6.2.2	Dokumentation und Auswertung der Programme	155
9.6.3	Therapieprogramme «Gemüsehochbeet»	156
9.6.3.1	Einleitung	156
9.6.3.2	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der TherapeutInnen	157
9.6.3.3	Infrastruktur und Materialien	157
9.6.3.4	Jahresplanung am Hochbeet	160
9.6.3.5	Richtziele und Feinziele	164
9.6.3.6	Therapieprogramm «Anbau, Pflege und Ernte von Kresse»	164
9.6.4	Therapieprogramme «Pflanzen des Gartens»	172
9.6.4.1	Einleitung	172
9.6.4.2	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der TherapeutInnen	172
9.6.4.3	Infrastruktur und Materialien	172
9.6.4.4	Pflanzen der Therapieprogramme im Jahresverlauf	173
9.6.4.5	Richtziele und Feinziele	176
9.6.4.6	Therapieprogramm «Farben von Pflanzen»	177
9.6.5	Die Therapieprogramme «Herstellung von Teemischungen» und «Herstellung von Salben»	182
9.6.5.1	Einleitung	182
9.6.5.2	Hinweise zur Verarbeitung von Heilpflanzen	182
9.6.5.3	Notwendige Vorkenntnisse der TherapeutInnen	183
9.6.5.4	Richtziele und Feinziele	183
9.6.5.5	Therapieprogramme «Herstellung von Teemischungen»	184
9.6.5.6	Therapieprogramm «Herstellung von Ringelblumensalbe»	196
9.7	Evaluationen	199
9.7.1	Ergebnisse der Befragung 2004	199
9.7.2	Ergebnisse der Nachbefragung 2008	199
9.7.2.1	Gartenanlage und Gartenunterhalt	199
9.7.2.2	Gartennutzung	202
9.7.3	Schlussfolgerungen	202
9.8	Zusammenfassung	205
9.9	Quellen, weiterführende Literatur und Internet-Links	206

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

Trudi Beck, Martina Föhn, Regina Hoffmann, Susanne Karr, Renata Schneiter-Ulmann, Martin Verra

10.1	Einleitung	211
10.2	Rahmenbedingungen des Projektes	212
10.2.1	Bedeutung und Grundidee	212
10.2.2	Projektziele	212

10.2.3	Projektpartner	213
10.2.4	Projektverlauf	215
10.3	Vorgehensweise und Methodenwahl	215
10.3.1	Landschaftsarchitektonische Erhebungen für die Umsetzungsphase «Bestandserhebung»	215
10.3.2	Sozialwissenschaftliche Erhebungen für die Umsetzungsphase «Fragestellung»	217
10.3.3	Entwicklung der Gartentherapieprogramme	219
10.3.4	Wirkungsanalyse der Gartentherapieprogramme	219
10.3.4.1	Zielgruppen	219
10.3.4.2	Quantitativer Teil der Wirkungsanalyse	220
10.3.4.3	Qualitativer Teil der Wirkungsanalyse	220
10.4	Planung und bauliche Umsetzung der Außenanlage	221
10.4.1	Landschaftsarchitektonisches Konzept	221
10.4.2	Außenanlage nach der baulichen Umsetzung 2007	224
10.5	Der therapeutische Aspekt der Pflanzen bei RehaClinic Zurzach	228
10.5.1	Die Pflanzenauswahl als Grundlage für Gartentherapien	228
10.5.1.1	Pflanzen durch die Jahreszeiten – Sinnespflanzen	228
10.5.1.2	Pflanzen zum Zurückschneiden	230
10.5.1.3	Pflanzen für Sträuze	233
10.5.1.4	Pflanzen zum Naschen – Beeren, Früchte und Blüten	234
10.5.2	Gartenunterhalt und weitere Aufgaben	235
10.6	Das Gewächshaus als Raum für Gartentherapien	236
10.6.1	Einleitung	236
10.6.2	Zur Geschichte der Gewächshäuser	237
10.6.3	Planung eines Therapiegewächshauses	237
10.6.4	Raumaufteilung im Gewächshaus bei RehaClinic Zurzach	238
10.6.4.1	Therapieraum	238
10.6.4.2	Weitere Räume	240
10.6.5	Konstruktion und Bauart des Gewächshauses	241
10.6.6	Inneneinrichtung des Gewächshauses	242
10.6.6.1	Infrastruktur	242
10.6.6.2	Mobiliar	245
10.6.7	Bepflanzung des Gewächshauses	246
10.6.7.1	Wirkung der Pflanzen im Gewächshaus	246
10.6.7.2	Auswahl der Pflanzen für das Gewächshaus	247
10.6.8	Anforderungen an ein Therapiegewächshaus	249
10.6.8.1	Rollstuhlgängigkeit	249
10.6.8.2	Anforderungen an die Sicherheit	249
10.6.9	Zusammenfassung	250
10.7	Standardisierte Gartentherapieprogramme für Schmerz- und Schlaganfallpatienten	250
10.7.1	Einleitung	250
10.7.2	Gemeinsame Aspekte	252
10.7.2.1	Infrastruktur und Materialien der beiden Programme	252
10.7.2.2	Zielformulierungen	260
10.7.2.3	Dokumentation und Auswertung der Programme	260
10.7.3	Programm für Gruppentherapie mit Schmerzpatienten	260
10.7.3.1	Einleitung	260
10.7.3.2	Chronischer Schmerz	260
10.7.3.3	Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der TherapeutInnen	263
10.7.3.4	Infrastruktur und Materialien	263
10.7.3.5	Richtziele und Feinziele	263
10.7.3.6	Standardisiertes Programm	264
10.7.4	Programm für die Einzeltherapie mit Schlaganfallpatienten	277

10.7.4.1 Einleitung	277
10.7.4.2 Schlaganfall	277
10.7.4.3 Notwendige gartenbauliche Vorkenntnisse der TherapeutInnen	278
10.7.4.4 Infrastruktur und Materialien	279
10.7.4.5 Richtziele und Feinziele	279
10.7.4.6 Standardisiertes Programm	280
10.8 Zusammenfassung	297
10.9 Quellen und weiterführende Literatur	298

Anhang

Glossar	303
Gesprächsleitfaden	313
Informationen zur ZHAW in Wädenswil	317
Verzeichnis der im Buch erwähnten Pflanzen	319
Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Herausgeberin	327
Sachwortverzeichnis	331
Pflanzennamen/deutsch	338
Pflanzennamen/lateinisch	341

CD-ROM

Praxistaugliche Dokumentations- und Evaluationsformulare zu den vorgestellten Programmen	Umschlag
---	----------