GRÜNE TEXTE

Die NEUEN NATURTHERAPIEN

Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie, Tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation, Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik (peer reviewed)

2015 begründet und herausgegeben von
***Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold* (EAG) in Verbindung mit:**

Gartentherapie:
Konrad Neuberger, MA, D Düsseldorf, ***Edith Schlömer-Bracht,*** Dipl.–Sup. D Brilon
Tiergestützte Therapie:
Dr. phil. Beate Frank, D Bad Kreuznach, ***Ilonka Degenhardt***, Tierärztin, D Neuwied
Landschafts- und Waldtherapie:
Bettina Ellerbrock, ***Dipl.-Soz.-Päd.*** D Hückeswagen, ***Christine Wosnitza***, ***Dipl. Biol.***, D Wiehl
Gesundheitsberatung, Health Care:
Doris Ostermann, ***Dipl.-Soz.-Päd.***, D Osnabrück, ***Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel,*** D Bremen
Ernährungswissenschaft, Natural Food:
Dr. med. Susanne Orth-Petzold, MSc. Dipl. Sup., D Haan, ***Dr. phil. Katharina Rast-Pupato***, Ch Zürch
Green Meditation:
Ilse Orth, Dipl.-Sup. MSc., D Erkrath, ***Tom Ullrich***, ***Dipl.-Soz.-Arb.*** D Ulm
Ökopsychosomatik:
Dr. med. Ralf Hömberg, D Senden, ***Dr. mult. Hilarion Petzold***, D Hückeswagen
Naturgestützte Integrative Therapie:
Dr. med. Otto Hofer-Moser, Au Rosegg, ***Susanne Heule***, Psychol. Lic. rer. publ. CH Zürich

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen.

Grüne Texte ISSN 2511-2759

Ausgabe 32/2019

Den Bauerngarten erleben in der Arbeit mit Jugendlichen*

Hanna Reischmann, Lindau **

---

* Aus der „**Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung**“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. *Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper,*. Mailto: forschung@integrativ.eag-fpi.de, oder: info@eag-fpi.de, Information: http://www.eag-fpi.com).

** Teilnehmerin der Weiterbildung ‚*Garten- und Landschaftstherapie im Integrativen Verfahren*®‘.

Inhaltsverzeichnis:

1. Bauerngarten
1.1 Geschichtlicher Hintergrund des Bauerngartens
1.2 Geschichtlicher Hintergrund der Heilkräuter
1.3 Erläuterung der Heilkräuter
1.4 Entwurf des Bauerngartens

2. Integrativer Ansatz Gartentherapie
2.1 Definition Gartentherapie
2.2 Ansatz der integrativen Gartentherapie

3. Therapeutisch arbeiten im Bauerngarten
3.1 Zielgruppe Teenager
3.2 Entwicklungsförderung durch integrative Gartentherapie
3.3 Bauerngarten erleben
3.4 Projektverlauf

4. Zusammenfassung / Summary

5. Literatur

1. Bauerngarten

1.1 Warum dieses Thema für die Gartentherapie

Der Bauerngarten ist für mich ein Gartenraum, der viele verschiedene Aspekte in sich trägt.
Ein Wohnzimmer im Grünen. Ein Ort an dem Duft, Freude und Wohlfühlen seinen Platz hat.
Ein Ort an dem man durch Gartenarbeit allein oder in Korrespondenz mit anderen ein Stück näher zu sich kommt und zur inneren Ruhe gelangt. Außerhalb des Alltags und dem damit verbundenen Leistungsdruck.
Eine Zeitreise zurück in die Generation unserer Eltern und Großeltern.
Die Selbstversorgung durch Gemüse, Obst und die Vielzahl von Kräutern.
Da meine Wurzeln im Allgäu liegen und meine Vorfahren von und mit der Natur gelebt haben, ist für mich das Thema Bauerngarten ein Heimatgefühl, ein Ankommen in der Natur, bei meinen Ahnen und mir selbst.
Durch meinen Beruf als Gärtnermeisterin habe ich meine Berufung gefunden. Doch der Wunsch dieses wundervolle Gut mit anderen Menschen zu teilen und zu erleben kam immer mehr.
Durch die Weiterbildung habe ich mir diesen Wunsch erfüllt und werde in meiner Arbeit ein Konzept erarbeiten, in dem „Bauerngarten erleben“ mit Jugendlichen auf die Integrative Gartentherapie aufbaut.

1.2 Geschichtlicher Hintergrund Allgäuer Bauerngarten

Die Geburtsstunde der Menschen im Allgäu liegt in vorgeschichtlicher Zeit, als aus Nomaden sesshafte Bauern wurden, galt das Interesse vor allem den Nutzpflanzen, die damals eine hohe Bedeutung für alle Bereiche des Lebens hatten: Ernährung, Kleidung, Hausbau, Medizin, Kosmetik. Was in der Natur nicht in ausreichender Menge und Nähe zu finden war, wurde in der Nähe des Hauses kultiviert und vor Eindringlingen sorgsam geschützt.
15v.Chr besetzten Römische Legionäre das nördliche Alpenvorland. Neue Pflanzen aus dem ganzen *orbis terrarum* gelangten im Gepäck der Römer nach Mitteleuropa. Vor allem Kräuter, die in der römischen Küche Eingang gefunden hatten.
Um 800 v Chr. Wurde aus dem St. Gallener Klosterplan deutlich, das für Bauerngärten bereits eine gewisse Ordnung und Gliederung in der Bepflanzung ersichtlich war. Man ist sich sicher, dass in dieser Zeit das viergeteilte Wegekreuz manifestiert wurde. Das Symbol für die Überwindung des Todes und Verbindung mit dem Göttlichen.
Das Wissen über Heilpflanzen und Kräuter nutzen die Mönche, um Ihren Mitmenschen zu helfen. Die Mönche genossen dadurch ein hohes Ansehen in der Bevölkerung und trugen dazu bei, dass die Gewächse auch in den bäuerlichen Gärten zu finden waren.
In der Landvergüterordung von Karl dem Großen 742-814 hieß es “Volumus quod in horto omnes herbas habeat, idest lilium, rosa…”.
“Wir wünschen, dass man im Garten alle Pflanzen habe wie Lilien, Rose….73 Pflanzenarten, Gemüse, Würz- und Heilkräuter sowie 16 verschiedene Bäume, die essbare Früchte tragen.
Hildegart von Bingen 1098-1179 war zur dieser Zeit eine Heilerin und Naturforscherin die Kräuterkenntnisse studierte. Dieses Wissen über Heilkräuter ist bis zum heutigem Tag von großer Bedeutung. Sie beschrieb über 200 Kräuter und deren Wirkung.
Im Jahre 1482 erschien das erste Kräuterbuch. Bis dahin waren Kräuterbücher nur in den Bibliotheken der Klöster vorhanden. Da die Tiere zu dieser Zeit freien Auslauf auf dem Hof hatten, bauten die Bauern einen geschützten Raum der mit einem Zaun versehen wurde. Für die Wasserversorgung waren die

Rutengänger verantwortlich. Dort wo sie eine Wasserader fanden wurde ein Brunnen gebaut, der Mittelpunkt des Bauerngartens.
Die Bauerngärten nahmen während des 30 jährigen Krieges 1618-1648 eine große Wende. Die blühenden Staudenbeete wurden durch Gemüse verdrängt. Gegen Ende des 17.Jah.kam eine neue prägende Zeit. Das Vorbild des Schlossgartens von Versailles. Der Bauerngarten wurde mit gestutzten Bäumen und Sträuchern eingefasst. Gemüsepflanzen wurden teilweise wieder durch Stauden und Rosen ersetzt.
Schon immer dienten Pflanzen den Menschen nicht nur als Nahrungsmittel. Sie wurden gegen Krankheiten eingesetzt. Über Jahrtausende war es für die Menschen das einzige Heilmittel das Ihnen zur Verfügung stand. Vielen wurden übernatürliche Kräfte zugeschrieben und somit den Göttern geweiht. Die Heil und Zauberkraft von Pflanzen ist Grundlage für unzählige Geschichten, Märchen und Sagen die auch heute im Brauchtum teilweise noch leben.

1.3 Heilkräuter

Alchemilla millefolium

- Zauberkraut: Heiratswillige Mädchen nutzten sie, um in ihrem Traum ihren Liebsten zu sehen. Der Duft dieser Pflanze besitzt eine einschläfernde Wirkung.
- Ernte: Die Ernten erfolgt während der Vollblüte ab Mai, beste Tageszeit ist nachmittags. Blätter und Blüten sind zu ernten.
- Wirkung: Sie wirkt krampflösend und entzündungshemmend

Alchemilla vulgaris

- Zauberkraut: Der “Tau“ auf den Blättern wurde zum Waschen für eine schöne Haut gesammelt.
- Ernte: Man sammelt die Blätter vom Frühjahr bis Juli. Die Blätter nach dem Morgentau im trockenen Zustand sammeln
- Wirkung: Pflanze für Frauenleiden. Als Tee oder Umschläge auf den Unterleib.

Arnica montana

- Zauberkraut: Wird bei Gewitter als Räucherwerk verwendet.
  „Steck Arnika an, dass sich das Wetter scheiden kann.““
- Ernte: Die Blüte bei voller Entfaltung.
- Wirkung: Rheumatische Schmerzen, Sehnenscheiden- und Venenentzündung, Prellung und Verstauchung. Als Tinktur.

Artemesia abrotanum

- Zauberkraut: Wird bei der Sonnenwendnacht in das Johannisfeuer geworfen. Für ein Jahr mit Gesundheit
- Ernte: In der Blütenzeit werden die oberen Treibspitzen geschnitten.
- Wirkung: Als Heiltee verdauungsfördernd, nervenstärkend und mildert Spannungszustände.

Calendula officinalis

- Zauberkraut: Bedeutung der Totenblume. Verschenkte man sie, so glaubte man, dass der Beschenkte bald sterben müsse.
- Ernte: Die Blüte im aufgeblühten Zustand bei trockenem Wetter.
- Wirkung: Als Salbe für Wundbehandlung und geschundene Gärtnerhände! Der Tee wirkt innerlich bei Pilzinfektionen.

Carum carvi

- Zauberkraut:
  „Den Kindern legte man Kümmel in die Wiege und der kalbenden Kuh gab man ihn in den ersten Trunk als Schutz gegen böse Geister.“
- Ernte: Die Früchte in den Monaten Juli-September.
- Wirkung: gegen Völlegefühl und Blähungen als Tee.

Delphinum consolida

- Zauberkraut: Soll den Mut stärken und hinterlistige Angriffe schützen.
- Ernte: Die Blüten von Juni bis August
- Wirkung: Als Tee zur Entwässerung des Körpers.

Echinacea purpurea

- Zauberkraut: Stammt aus Amerika und wurde dort als Heilkraut verwendet.
- Ernte: Im Juli nur frische Blüten
- Wirkung: Stärkt die Abwehrkräfte und unterstützt grippeartige Infekte. Wirkstoffe werden am besten durch eine Tinktur aufgenommen.

Eryngium planum „Kleiner Zwerg“

- Zauberkraut: Frauen streuten den Männern Mannstreu unter Leintuch. Um die Liebe des Mannes zu erhalten und zu festigen,
- Ernte: Wenn die Blüten in voller Kraft stehen.
- Wirkung: Leber und Gallenprobleme, Heiltee

Foeniculum vulgare

- Zauberkraut:„Am Johannistag in die Schlüssellöcher des Hauses gesteckt, lässt er die Geister nicht herein!“
- Ernte: Geerntet werden die aromatischen Früchte, wenn die Farbe von graugrün zu braun wechselt.
- Wirkung: Behruhigungsmittel, Husten und Blähungen besonders bei Kindern als Tee.

Hypericum perforatum

- Zauberkraut: Als Bekämpfung dunkler Mächte trug man es um den Hals oder steckte es an den Hut.
- Ernte: Bei Vollblüte wird der Blütenhorizont 20 cm ab Ende Juni an einem warmen Tag geschnitten. Der zweite Schnitt ist im September möglich.
- Wirkung: Bei Stimmungsschwankungen und nervösen Schlafstörungen als Tee oder Tinktur.
  Äußerlich als Öl für Wundheilungen.

Inula helenium

- Zauberkraut: Symbolisiert die Kraft der Sonne, der Duft vertreibt die Dämonen wie Stress und Depression.
- Ernte: Die Blätter von den jungen Pflanzen.
- Wirkung: Lindert Husten und wirkt schleimlösend als Tee. Die Blätter kauen stärkt die Zähne.

Malva sylvestris

- Zauberkraut: Die Blätter symbolisierten die Bitte einer Vergebung.
- Ernte: Ab Blühbeginn im Juni, pflücken der Blüten mit Kelchen am besten nachmittags.
- Wirkung : Bei Entzündungen der Rachenschleimhäute, Magen- und Darmentzündungen als Heiltee.

Melissa officinalis

- Zauberkraut: Melisse wurde früher auch benutzt, um Wasser in Behältern frisch zu halten
- Ernte: Erster Ernteschnitt vor der Blüte ab Anfang Juni. Mit Blüten verliert sie ihr Aroma.

  Der zweite Ernteschnitt Ende September.
- Wirkung: Hat eine beruhigende Wirkung bei Stress und Einschlafstörungen. Als Tee einnehmen

Mentha x piperita

- Zauberkraut: Minze im Garten soll dem Besitzer märchenhaften Reichtum verschaffen.
- Ernte: Bei Blühbeginn ab Mitte Juli. Ideale Tageszeit ist mittags.
- Wirkung: Als Heiltee appetitsanregend und verdauungsfördern. Als Küchengewürz.

Monarda didyma Squaw

- Zauberkraut: Stammt aus Nordamerika. Die Ureinwohner nutzten diese Heilpflanze.
- Ernte: Mit der Blüte ab Juni, möglichst mittags.
- Wirkung: Als Tee wirkt sie bei fiebriger Erkältung und Husten. Geschmack erinnert an Schwarztee.

Salvia officinalis

- Zauberkraut: „Gute Geschäfte und der Salbei wächst “„Wo der Salbei gedeiht, ist eine starke Frau im Haus.
- Ernte: Erster Ernteschnitt bei Blühbeginn Anfang Juni.

  Zweiter Ernteschnitt Ende August erst durchführen, wenn der Salbei stark genug ist

Verbascum densiflorum

- Zauberpflanze: Eine Orakelpflanze. Neigt die Spitze nach Westen : schlechtes Wetter. Neigt die Spitze, nach Osten : verheißt sie Sonnenschein.
- Ernte: Ab Juni die Blüten vormittags Ernten. Nachmittags werden die Blüten schlaff und fallen ab.
- Wirkung: schleimlösend und reizlindernd ist Bestandteil für den Hustentee

1.5 Bauerngarten Entwurfsplan

2. Integrativer Ansatz Gartentherapie

2.1 Definition Integrative GartenTherapie

Sie baut auf die wissenschaftliche Psychotherapie, ein psychotherapeutischer Ansatz, der auf Grundlagen integrativer Therapietheorie und Methodik basiert. Sie wurde von H.G. Petzold unter Mitarbeit von Johanna Sieper, Ilse Orth und weiteren KollegInnen seit Mitte der 1960 Jahre entwickelt (*Petzold* 2003a, *Sieper* et al. 2007).
Die integrative Therapie ist ein biopsychosoziales bzw. biopsychosozialökologisches therapeutisches Verfahren, das erlebnisaktivierend und interaktional und neben dem verbalen Austausch auch Ansätze nonverbaler Kommunikation sowie kreative Methoden, Techniken und Medien mit einbezieht. (Leitner, Sieper 2008; *Petzold, Ellerbrock, Hömberg* 2018).
Integrative Gartentherapie ist, das Verfahren der Integrativen Therapie methodisch mit gartenpraktischen Aktivitäten und Möglichkeiten des Naturerleben zu verbinden um psychische, psychosomatische oder psychosoziale Störungen zu behandeln.
ILGT ist eine Methode bei dem Menschen in Garten und Landschaft mit Hilfe eines Gartentherapeuten an Ihre evolutionsbiologischen Wurzeln anknüpfen können und durch das Naturerleben heilsame Prozesse gestalten.
Durch das Gestalten, Bearbeiten und Erleben mit allen Sinnen, sich selbst und anderen in Korrespondenz, ermöglicht es ihnen den Zugang zur Natur und somit zum Lebendigen.
Hierzu bedient sich der Gartentherapeut Materialien und Arbeitsweisen von:
Pflanzen, Säen, Graben, Umgestalten, Ernten, Land-art, Blumenbinderei u.v.m.
Zu den methodischen Ansätzen gehören unter anderem Erlebnisaktivierung, multiple Stimulierung, multisensorische Erfahrung und sozialkommunikatives Training, aber auch Achtsamkeit, selbst- Fremd und Naturwahrnehmung, Konzentrationsvermögen emotionale und geistige „Frische"(*Petzold 2009b).*Ziel der Gartentherapie ist, Heilungsprozesse in Gang zu setzen, in denen der Mensch das Erlebte verleiblichen kann und dadurch Besserung von seelischen Problemen und Krankheit erreichen kann.

2.2 Ansatz der Integrativen Gartentherapie

Die anthropologische Grundformel der integrativen Therapie sieht den Menschen, ob weiblich oder männlich, als Körper- Seele- Geist Subjekt. Er lebt in einem sozialen und ökologischen Umfeld im Zeitkontinuum Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft. (vgl. Petzold 2003e)
Der Körper ist belebte Materie, er ist die Gesamtheit aller materiellen; organismischen Materialien. Dadurch ist er das leibliche Gedächtnis.
Die Seele ist Gesamtheit der Gefühle, Empfindungen, Willenskräfte, dadurch das emotionale Gedächtnis.
Der Geist ist die Gesamtheit basalen du höheren Kognitionen, d.h. der Kultur, Weltanschauung und persönlicher Überzeugung. Dadurch ist er das begriffliche Gedächtnis (Sinnverstehend).
Der Leib ist die Gesamtheit aller Körper-Seele, Geist-Dimensionen, seiner Eigenheiten und seiner erlebten Geschichte, dadurch Leibsubjekt.
Der Leib ist belebt, bewusst und hat Personalität. Dadurch hat er die Möglichkeit sich und andere von außen zu betrachten, auf verschiedenen Ebenen Veränderung und salutogen- protektive Förderung zu erfahren.

Die 5 Säulen der Identität (Petzold 2012q) sind ein Grundmodell, in welchem deutlich wird, was den Menschen, seine Identität im Leben bestimmt. Über eine gesunde und starke Werteorientierung können z. B. andere beschädigte oder zerstörte Säulen der Identität abgemildert oder es können Mängel kompensiert werden.

Leiblichkeit	Wohlbefinden Körperlich
Soziales Netzwerk	Freundeskreis, Familie
Arbeit, Leistung, Freizeit-	Erfolg, Hobby,
Materielle Sicherheit-	Finanzielle Lage
Normen und Werte	Glaubenssätze, Überzeugungen

Therapeutischer Prozess der Integrativen Therapie (Petzold 1988n):
Initialphase
Aktionsphase
Integrationsphase
Neuorientierungsphase

Therapeutischen Wirkkomplexe der IGT sind die **4 Wege zur Heilung und Förderung (Petzold 2012h)**:

Bewusstseinsarbeit	Sinnesfindung	Sich selbst verstehen, das Leben, die Welt
Nachsozialisiation	Grundvertrauen stärken	zugehörig sein, Beziehungsfähig
Erlebnisaktivierung	Persönlichkeitsentfaltung	Neugierig sein auf sich selbst
Solidaritätserfahrung	Metaperspektive	Nicht allein gehen, sondern gemeinsam

Die „14 plus 3“ Wirkfaktoren

3. Therapeutisch Arbeiten im Bauerngarten

3.1 Integrative Gartentherapie für Jugendliche

Durch die Netzwerkarbeit und sozioökologischen Interventionen die dazu beitragen, dass die Lebenssituation des Jugendlichen zu einem „Safe Place“ wird, an dem die Entwicklung von Willenskräften, einer Sorge um sich und einer Sorge um Andere, von Freiraum und Grenzen durch Förderung und Fordern, Unterstützen und Anfordern, das Aushandeln von Grenzen ihren richtigen Ort haben.
All diese Maßnahmen der Förderung ermöglichen die Entwicklung von persönlicher Souveränität und persönlicher Freiheit für sich und andere. (Pezold, Orth 1997*)*

Adoleszenz:
Die vielfältigen biologischen Veränderungen werden von einer Reihe psychosozialer Veränderungen begleitet, die den langsamen Eintritt des Heranwachsenden in die Erwachsenenwelt kennzeichnen. Diese „psychosoziale Pubertät“ bezeichnet man als ***Adoleszenz***, die durch tiefgreifende Wandlungen im subjektiven Erleben begleitet wird und ebenfalls eine normative Neuorientierung fordert. Allerdings durchlaufen nicht alle Jugendlichen in dieser Phase eine normative Krise , die meisten Jugendlichen bewältigen diese Lebensphase ohne krisenhafte Zuspitzung. Zeitlich reicht die Adoleszenz vom 11. bis 21. Lebensjahr. Dabei wird als frühe Adoleszenz das Alter von 11 bis 14 Jahren angesehen, die mittlere Phase umgreift das 15. bis 18. Lebensjahr, die Spätadoleszenz die Jahre 18 bis 21. Im Jugendalter erfahren auch die Hirnfunktionen eine Neustrukturierung, neuronale Netzwerke werden umgebildet, Selektions- und Spezifikationsprozesse im Bereich der einzelnen neuronalen Verbindungen laufen ab. Dabei kommt es zur selektiven Auflösung von neuronalen Verbindungen in unterschiedlichen Hirnzentren, wobei vor allem jene Verbindungen und Bahnungen zurückgenommen werden, die wenig benutzt werden, zugunsten von häufig aktivierten neuronalen Netzwerken, die dadurch eine funktionelle Verbesserung erfahren. Dadurch kommt es zu wesentlichen Veränderungen im Bereich der Kognition und der Affektregulation.

Im kognitiven Bereich verändert sich der Stil des Denkens: Die Jugendlichen entwickeln die Fähigkeit, in formalen Operationen zu denken und damit über konkret anschauliche Denkprozesse hinauszugehen. Hypothesen können gebildet, Problemlösungen in Einzelschritten entwickelt, logische Schlussfolgerungen gezogen werden. Für Jugendliche ist während der Phase der Adoleszenz die Entwicklung einer eigenen Identität eine fundamentale Herausforderung: Identität meint hier eine Person als einmalige und unverwechselbare, sowohl durch die soziale Umgebung als auch durch das Individuum selbst. So gesehen stellt Identität die zeitliche Kontinuität erlebter Einheitlichkeit im sozialen Verband her. Das Individuum erlebt Identität als Einheit der Person. Die kindliche Selbstevidenz als Selbstempfindung und die subjektiven Erfahrungen der Eigenbestimmung, der Abgegrenztheit von anderen Personen sowie das Gefühl der Einheitlichkeit des Subjekts im Zeitverlauf bilden dafür die Voraussetzung. Ein Gefühl des inneren Zusammenhanges bewirkt die Gewissheit von Kohärenz und Sinnhaftigkeit des eigenen Daseins.

In den Traditionen der Kritischen Erziehungswissenschaft sowie der Pädagogik der Anerkennung, liegt der Auftrag der Jugendarbeit darin, Jugendliche dabei zu unterstützen, ein Verhältnis zum Selbst in Korespondenz zu den Anderen zu finden und sich dabei kritisch mit den gesellschaftlichen Tatsachen auseinander zu setzen. (Hafeneger/Henkenborg/Scherr 2007, Scheerr 1997).
Es geht hier darum, die Jugendlichen in Naturbezogener Erziehung und Bildungsarbeit die Liebe zur Natur (Ökophilie und Ökosophie, Petzold 2019e) näher zu bringen.
Das Wissen über Ihre Einzigartigkeit, über ihre Kraft und Verletzbarkeit.
Darüber wie sehr wir die Natur brauchen um zu Leben und Überleben und dass jeder einzelne ein Teil dieser Einzigartigkeit ist.
Diese Liebe zur Natur kann gestärkt werden und wächst durch ökologische Erfahrungen und in Prozessen, reflektierte Natur verstehen, im Tun.
Es ist eine sensible Hinführung zur Achtsamkeit, Fürsorge, Einsatz für den Schutz und Erhalt der Ökologie, Anknüpfen an eine von Generationen übergehende Tätigkeit, die wurzelt und verwurzeln kann.
Schwerpunkt der IGT für Jugendliche:
Die Richtziele der Behandlung für die Jugendlichen: es wird achtsam und zielorientiert behandelt.

Vorbeugen	Um Schäden zu vermeiden
Erhalten	Was Gesund ist
Wiederherstellen	Was gestört oder beeinträchtigt ist
Ersetzen	Was mangelhaft oder nicht vorhanden ist
Anpassen	Was nicht wiederhergestellt oder ersetzt werden kann
Entwickeln	Bisher nicht genutzter Fähigkeiten
Ausgleichen	Um Lebenskräfte zu beleben

Dadurch kann durch begleitete Tätigkeit der leiblichen Ebene durch Kräftigung, Flexibilisierung und Erlebnisaktivierung die leibliche Identität gestärkt und so auf Körper; Seele und Geist wirken.
Alles Erleben, Geschehen und Handeln ist gegenwartsgebunden *(Hier-und-Heute-Prinzip)*
Wenn Sinn an die Sinne, bewusstes Erleben an "sinnhafte Erlebnisverarbeitung" gebunden ist, so ist Sinn zumindest in Hinblick auf seinen Bedeutungsaspekt immer ein gewirkter und ein gegenwärtiger, weil Erleben sich von Gegenwart zu Gegenwart vollzieht und Vergangenheit nur memoriert und die Zukunft nur antizipiert einbezogen werden kann.

3.2 Entwicklungsförderung durch Integrative Therapie

3.1 Entwicklungsstruktur

Die Jugendlichen sind in einer Übergangsphase zum Erwachsen werden. In dieser Lebensphase geht es oft um Rebellion gegen sich, das System (Eltern, Schule, Politik), das Hinterfragen von Werten und Normen, Sinnlosigkeit in das Leben, Perspektivlosigkeit, nicht so recht Wissen was mit sich anzufangen, Isolation in der Virtuellen Welt. Dadurch entsteht eine Entfremdung zu der Natur, zu den Mitmenschen, zur Lebenswelt. Die Arbeit im Garten bieten ihnen hier hilfreiche und heilsame Faktoren, um sich leichter und kraftvoller zu entwickeln, um ihren Platz bei sich und in der Welt zu finden und das Bewusstsein und die Achtsamkeit für sich und die Natur zu erlangen.
Die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes, die Entwicklung. des Kindes zu einem kreativen und reflexiven Subjekt, vollzieht sich ganz wesentlich durch spüren- ausdrückt im schöpferischen Tun.
Die Entwicklungspsychologie des Kindes zeigt uns ganz deutlich, dass das Fehlen von Ausdrucksmöglichkeiten, von kreativen Impulsen oder ihre Unterdrückung eine gesunde Entwicklung beeinträchtigt.

Dies ist ein Entwicklungsprozess (Hermeneutische Spirale (Petzold 1988, 323)
Des **Wahrnehmens** der eigenen ökologischen und sozialen Eingebettetheit.
Erfassen der eigenen sozialen und auch ökologischen Zugehörigkeit und ihre Bedrohung durch multiple Entfremdung. Sie wirkt nicht nur als Entfremdung von der Arbeit, sondern manifestiert sich auch als Entfremdung von Mitmenschen, von der eigenen Leiblichkeit, von der Natur bzw. Lebenswelt, von der Zeit. (Petzold)
In unserem Leben, das so nachhaltig von der Verknappung sinnenhafter Erfahrung, dem Verlust von bedeutsamer Kommunikation, von Tun-können, Sich-ausdrücken-können, Fühlen-können, Gestalten-können gekennzeichnet ist, von der Abwesenheit von mitmenschlicher Betroffenheit - und das wird von vielen Menschen gespürt - hätte die Kunst eine wichtige kritische, belebende, heilende Aufgabe zu erfüllen.
Verstehen, dass die Vernachlässigung oder Ausblendung dieser strukturellen sozialen und ökologischen Zugehörigkeiten Auswirkungen hat auf uns, unsere Mitmenschen, die Natur und Lebenswelt;
Erklären durch systematische Theoriearbeit, weiterhin durch das Transferieren der gewonnenen Erkenntnisse durch das Erleben, Erspüren in dem Garten und in der Eigenleiblichkeit;
das **Handeln** als besonnene und zielorientierte praktische Konsequenz, achtsamer Beobachtung und ihrer Auswertung. Handeln durch Umdenken, Handeln für sich und die Mitmenschen, Handeln für die Natur und Tiere. Handeln mit Verantwortung.

Lehren und Lernen im Garten IGT Ansatz:
»Integrative Agogik (die Integrative Pädagogik, Andragogik, Geragogik) ist ein ganzheitlicher und differentieller, lebensalterspezifischer Ansatz der Bildungsarbeit als „éducation permanente". Sie versucht, kognitive, emotionale, somatomotorische und soziale Lernprozesse und -ziele im lebensweltlichen Kontext/Kontinuum zu verbinden, integriert also rationale Einsicht, emotionale Berührtheit, leiblich konkretes Erleben und soziale Interaktion zu „persönlich bedeutsamem Lernen" als Erfahrungen von „vitaler Evidenz". In „intersubjektiver Ko-respondenz" werden dabei von allen am Prozeß des Lehrens und Lernens Beteiligten Ziele und Inhalte gemeinsam erarbeitet, wobei Methoden der Erlebnisaktivierung (Imagination, Rollenspiele usw.) und kreative Medien (Farben, Collagen, Texte usw.) eine bedeutsame Rolle spielen, um eine synergetische Aneignung, ein holographisches Aufnehmen und eine kokreative Gestaltung des Lernstoffes zu ermöglichen. Integrative Agogik ist darauf gerichtet, Sachlernen und Affektlernen zu verbinden, die personalen, sozialen, lebenspraktischen und

fachspezifischen Kompetenzen (Fähigkeiten) und Performanzen (Fertigkeiten) von Menschen in Begegnung und Auseinandersetzung, im „Handeln um Grenzen" zu fördern und zu entwickeln. So können über spezifische, sachbezogene Leitziele hinaus als generelle Bildungsziele eine prägnante personale Identität, ein funktionsfähiges soziales Netzwerk, Engagement für die Integrität von ökologischen und sozialen Zusammenhängen und ein positiver Zukunftshorizont entwickelt werden. Zu diesem Zweck der Persönlichkeits- und Sozialbildung werden Selbsterfahrungsmethoden als pädagogische Varianten therapeutischer Verfahren in die integrative agogische Arbeit einbezogen« (Hilarion Petzold)

»Lernen ist die durch Hirnprozesse geschehende (Gadenne, Oswald 1991) Veränderung einer Verhaltensmöglichkeit und gründet e i n e r s e i t s in Prozessen der bewusst wahrnehmenden Beobachtung, aber auch der subliminalen Wahrnehmung [von außenweltlichem- und innerleiblichem Input] und ihren begleitenden emotionalen Resonanzen sowie der weitgehend unbewußten, konnektivierenden und zugleich diskriminierenden Vernetzung mit mnestisch archivierten Erfahrungen (Perrig et al. 1993), die differentiell - d.h. modalspezifisch (Emelkamp 1990) - und holographisch (Pribram 1979; Petzold, 1983i) - d.h. ganzheitlich szenisch/atmosphärisch - wahrgenommen und aufgezeichnet/archiviert wurden und leicht spontan abrufbar (retrievals, retrieving) oder internal aktivierbar (memories, memorising) sein sollen. Lernen beruht a n d e r s e i t s auf den mit diesen Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprozessen verbundenen Handlungsabläufen (perception-processing-action-cycles, Petzold et al. 1994; Newell 1989, 1991; Bertental, Clifton 1997), auf bewußtem und systematischem oder nicht-bewußtem, fungierendem Üben. Die Apekte der Beobachtung, der Konnektivierung und der Übung kommen auch in komplexen narrativen, interpretativen und diskursiven Lernprozessen ‘höherer Ordnung’ - z.B. Problemlösungs- oder Diskursstrategien - zum Tragen. Denn wenn man immer wieder in Ko-respondenzprozesse, Begegnungen und Auseinandersetzungen zu theoretischen und praxeologischen Fragen in systematische Metareflexionen auf mehreren Ebenen und mit verschiedenen theoretischen Optiken eintritt, so erfolgt ein Üben im multiplen Konnektivieren, im Bilden von Synthesen, im kokreativen Finden von Lösungen, ein Schärfen komplexen ‘Wahrnehmens, Erfassens, Verstehens, Erklärens’ und mit dem iterativen Durchlaufen dieser ‘hermeneutischen Spirale’ ein fortwährendes Erweitern der persönlichen und (bei Gruppen) kollektiven Sinnerfassungs-, Sinnverarbeitungs- und Sinnschöpfungskapazität bzw. des vorhandenen Emergenzpotentials. Darin liegt die Möglichkeit sowohl individueller wie auch kollektiver Entwicklung, die Fortschreibung der biologischen Evolution durch Transgression in die kulturelle Evolution. Grundlage bleibt dabei die untrennbar zu sehende Verschränkung der Interaktion von informationsgesättigter (natürlicher und sozialer) Umwelt [I] mit dem Organismus und seiner durch ein immenses Netzwerk von Genen [II] bestimmten Ausstattung. (Diese Ausstattung ist im Sinne von kontextaktualisierbarer Information [vgl. Oyama 1985] zu sehen, die allerdings auch kokreativ veränderbar ist). Sie bewirkt über ultrakomplex konnektivierte neuronale Netzwerke Verhaltensperformanzen [III]. Diese wiederum ermöglichen ein ‘environmental feedback‘auf solche Performanzen [IV] (Gelingen, Mißlingen, erneute Korrektur, erneutes Mißlingen, gegebenenfalls Selektion oder Zugrundegehen) und damit potentiell das Emergieren neuer Formen aus ‘einem Prozeß‘(Petzold 1999r, 13).«

Lernen geschieht durch äußeren und inneren Input, durch Wahrnehmen und Verarbeitung.
Lernen geschieht durch Erleben und Handeln.
Lernen geschieht durch Erfühlen und Verstehen in Interaktion mit Menschen und im Umgang mit Dingen. Beides wird durch konkreten Kontext bestimmt zu einem Erfahrungslernen: Subjektives Erleben und eigenleibliches Spüren, Reflektion in Ko-respondenz miteinander.
Exterozeptives und interozeptives Wahrnehmen, Verarbeiten, Memorieren und Lernen werden sorgfältig verknüpft. Das feine Zusammenspiel des Lernens, „ein Selbst zu werden“, (d.h. Selbst-Lernen, Selbstverstehen), und des „Lernens der Welt“, (d.h. Welt-Lernen, Weltverstehen), wird in seinem permanenten Fungieren, „komplexen Sinn“ zu generieren, verdeutlicht; denn: "Nichts geht ohne Lernen“. Auch „Sinnschöpfung“ erfordert Lernen. Veränderungsprozesse verlangen Prozesse „komplexen Lernens“, so die neurobiologische und soziale Lerntheorie der IT (Sieper, Petzold 2002/2011). Bisherige Kernkonzepte wie „theory of mind“ werden fundamental erweitert zu „theory of body-mind-world in process“. Es wird gezeigt: „Keine Mentalisierung ohne Embodiment (und vice versa) und beides nicht ohne Einbettung (embeddedness) in konkrete soziale und ökologische Kontexte im Kontinuum der Zeit.
Lernen vom geistig/kognitivem, seelisch/emotionalen, körperlich, volitivem, sozial/ökologischen Lernen:

Kognitiv:	Pflanzennamen lernen
Seelisch/ emotional:	Pflegen und heranziehen von Pflanzen
Körperliche:	Schubkarren schieben, Holz hacken
Volitiv:	Wurzelstock ausgraben, längere Zeit Unkraut jäten
Sozial/ökologisch:	Gemeinschaftsarbeit, Pflanzenschutz, Umweltbildung

3.2 Entwicklungsförderung

Gruppenentwicklung:
Gestalten, Anbauen und Ernten im Kollektiv. Versorgen und Pflege der Pflanzen und des Gartens für sich und für andere. Gemeinschaftliches planen und bauen

Selbstwirksamkeit/ Selbstvertrauen/Selbstwert/Selbstbewusstsein:
Erfahren von Erfolg und Misserfolg beim Anbau, Ernte. Bewirtschaften des eigenen Beetes, selbstgewonnenes Saatgut

Aggressionsabbau und Entspannung:
Sinneswahrnehmung sehen, riechen, schmecken, fühlen, hören, ernten

Zielorientierung/ Zukunftsorientierung:

Pflanzplan des eigenen Beetes umsetzen

Verantwortung übernehmen:
Pflanzen und Pflegen der Gemüse und Staudenpflanzen,

Green Care:
Achtsamer Umgang mit der Natur. Bewusstsein schärfen durch Aufklärung von Pflanzenschutz, Lebensmittel, Heilpflanzen und deren Wirksamkeit

3.3 Bauerngarten erleben

Da der Winter in Süddeutschland früher anfängt und der Frühling länger auf sich warten lässt, ist der Plan, dass das Projekt `Bauerngarten erleben` im Zeitraum von April bis Oktober stattfinden soll.
In diesem Zeitraum erleben die Jugendlichen die vier Jahreszeiten der Natur. Jede Jahreszeit bringt verschiedene Arbeiten, Anforderungen, Wetter mit sich, die in die Planung und Aktivität dann spontan miteinbezogen werden müssen.
Die Jugendlichen kommen einmal in der Woche einen Nachmittag 2,5 h in den Garten. Dadurch erleben sie den kompletten Kreislauf der Pflanzen und der Natur. Es soll für sie ein geschützter Ort sein, an den sie gerne kommen, ausspannen, neue Kraft schöpfen und neuen Input erfahren.

Ganzheitliche **und** differentielle Ansatz des Projekts:
Kreativität fördern
Körper, Kraft und Gesundheit stärken
Wissen erwerben
Entspannung und Begegnung bieten
Natur und Ressourcennutzung
Wirtschaftlichkeit erfahren

Ziele in dem Projekt „Bauerngarten erleben“ mit Jugendlichen sind:
Erfahrung, dass sie mit eigner Kraft etwas erschaffen können, sie erfahren sich als wirksam.
Durch das gemeinschaftliche und demokratische Planen und Entwickeln, sich selbst als Teil einer Gemeinschaft begreifen zu lernen.
Ökologische Zusammenhänge verstehen und die Achtsamkeit in und mit der Natur pflegen.

Projektthema
Gemüse und Kräuteranbau
Pflegen und Verarbeiten von Pflanzen
Heilkräuterwissen

`Bauerngarten erleben` nach den Jahreszeiten
Der Frühling ist die Zeit des Erwachens, es fängt an warm zu werden, die ersten Sträucher fangen an zu blühen. Der Boden wärmt sich auf, die ersten Frühblüher sprießen heraus und die Vögel zwitschern fröhlich. Die perfekte Zeit, um mit den Jugendlichen in den Garten zu gehen und loszulegen….

Frühjahr April – Mai	Planung, Bodenbearbeitung, Düngung, Pflanzen, Aussäen, gießen, Entspannung

Sommer Juni – August	Pflege, Ernten, Blüte und Kräuter sammeln zum Trocknen, gemeinsames Kochen und zubereiten von Gemüse und Obst, Kreativworkshop
Herbst September- November	Teemischungen zubereiten und verpacken, Kräutersalz herstellen, Ernten, Pflegen, Kreativworkshop
Winter Dezember- März	Winterpause

3.4 Projektverlauf

Bei jedem Treffen am Nachmittag gibt es zu Beginn eine Begrüßungsrunde. In dieser Runde kann jeder Jugendliche kurz erzählen wie es ihm geht. In der Abschiedsrunde, die am Ende stattfindet, kann jeder erzählen was ihm am heutigen Erleben im Garten gefallen hat, wie er/sie sich jetzt fühlt, was sich in dieser Zeit im Garten arbeiten verändert hat und was er/sie für die Woche positives mitnimmt. Das kann in Form von einem Stein, einer Feder, einer Blüte oder ein Blatt sein, die sie/er im Garten gefunden hat. Das stärkt das Bewusstsein in sich hinein zu spüren, sich selbst kennenzulernen. Diese Begrüßungs- und Abschiedsrunden sollen ein Ritual für die Jugendlichen werden, ein Zuhören und Hineinspüren in sich selbst und zu den anderen hin.

1.Vorstellung des Projekts
2.Planung
3.Werkzeugkunde/Ergonomie
4.Praktische Umsetzung
5.kreativ Workshop
6.Ernten und Verarbeitung

1.Vorstellung des Projekts

Das Gartengrundstück befindet sich auf einer Wiese, direkt davor fängt der Wald an und man hört den Bach rauschen, der sich entlang der Wiese schlängelt. Es ist ein sonniger und ruhiger Platz in mitten der Natur. Das Projekt „Bauerngarten erleben“ wird den Jugendlichen von der Gartentherapeutin vorgestellt.

2. Planung

Jede/r bekommt im Bauengarten sein eigenes 5 m² großes Beet. In diesem Beet darf jeder das pflanzen, was er besonders gerne für sich haben möchte. Gemeinsam als Gruppe bekommen sie ein Beet, das 30 m² groß ist. In diesem Beet entscheiden sie gemeinsam, was sie dort gerne pflanzen möchten. Die Gartentherapeutin stellt den Jugendlichen anhand von Pflanzbüchern, Pflanzen, getrockneten Blüten und Kräutern die verschiedenen Gemüse und Heilkräuter vor. Durch das riechen, anfassen, sehen und schmecken können sie sich mit ihrer Kreativität und nach ihren Wünschen die Pflanzen für ihr und das Gemeinschaftsbeet aussuchen. Um nun eine Struktur in Ihre Beete zu bekommen ist der nächste Schritt, nun den eigenen Pflanzplan mit bunten Farben zu zeichnen (malen).
Wie viele Pflanzen werden benötigt?

Wieviel Platz brauchen die Pflanzen, um wachsen zu können? Welche Pflanzen kann ich zusammenpflanzen? Welche nicht? Im gemeinsamen Austausch können sie sich gegenseitig mit ihrem Wissen helfen oder gemeinsam mit ihrem noch-nicht-Wissen anhand von Pflanzbüchern das Wissen erlangen.
Durch das Auseinandersetzen mit den Pflanzen, ist es möglich, mit Ihnen in Kontakt zu treten, um einen Bezug aufzubauen, um mit allen Sinnen die Entwicklung dieser Pflanzen zu erleben, mit ihren individuellen Eigenheiten und Bedürfnissen.

3.Werkzeugkunde/ Ergonomie

Bevor es an die praktische Umsetzung geht, ist es wichtig, zu wissen welches Werkzeug benötigt wird und wie es benutzt wird, um das Arbeiten zu erleichtern und Verletzungsgefahren zu minimieren. Bei gemeinsamen Arbeiten im Garten ist es vor allem auch sehr wichtig, achtsam mit dem Werkzeug umzugehen, um andere nicht zu verletzen (gegenseitige Führsorge).
Das Aufräumen und Säubern der Werkzeuge nach getaner Arbeit gehörten hier auch dazu, um für die Wertigkeit und Wichtigkeit der materiellen Gegenstände zu sensibilisieren.

4.Praktische Umsetzung

Der erste Schritt ist nun, die Beete umzugraben und Wildwuchs zu entfernen. Mit Grabgabeln und Hacken gewappnet können die Jugendlichen starten. Durch das Umgraben können Aggressionen abgebaut werden, Geruchsinn angeregt werden (Erde), Bodenlebewesen neu entdeckt werden, Wissen über Wildwuchs erlangt werden. Nun geht es an die organische Düngung: Der Boden benötigt Nährstoffe, um die Pflanzen gut versorgen zu können, damit sie gut wachsen. Hier kann die Gartentherapeutin an den Pflanzenschutz anknüpfen. Es ist sogleich auch ein Hinterfragen was nährt die Jugendlichen, gibt es dort einen Ansatz, die „Düngung“ die sie brauchen zu stärken, wiederherzustellen oder neu zu finden.
Anhand des Pflanzplans pflanzt jede/r erst einmal sein eigenes Beet.
Der Pflanzplan ist ein Hilfsmittel, den die Jugendlichen, aus sich selbst heraus und mit Hilfe von anderen erschaffen haben. Er gibt ihnen Struktur und Sicherheit, da sie sich mit den Pflanzen schon im Vorfeld auseinandergesetzt haben, die Verbindung und somit die Initialphase zu sich und den Pflanzen.
Da die Pflänzchen am Anfang noch sehr klein sind, müssen sie behutsam und achtsam gepflanzt werden. Das Ausbringen des Saatguts erfordert einen Boden, der nicht voll mit Steinen ist, um das Anwurzeln zu erleichtern. Hier geht es um Aussortieren, Steine aus dem Weg zu räumen, die sie selber daran hindern, zu wachsen. Dabei geht es der Gartentherapeutin auch um die Sorge für die Pflanzen und um die Selbstfürsorge jedes einzelnen Jugendlichen. Gut zu sich selbst zu sein, um sich selbst kümmern und das Sorgen für die Mitmenschen und die Umwelt. Damit die Pflanzen gut anwachsen können benötigen sie Wasser. Mit Eimer und Gießkanne geht es an den Bach. Der Bach ist immer am Fließen, er schlängelt seinen Weg durch den Wald egal zu welcher Jahreszeit. Der Bach symbolisiert den Fluss des Lebens. Das ist eine schöne Metapher für die Jugendlichen, nichts bleibt stehen (*Heraklit*), das Leben ist immer in Bewegung, es geht immer weiter. Das Rauschen des Baches wirkt entspannend ebenso wie das Gießen. Es erfordert Achtsamkeit und Geduld, den kleinen Pflänzchen das Wasser zu geben.
Um das Gemeinschaftliche Beet zu pflanzen, brauchen die Jugendlichen einen gemeinsamen Ablaufplan. Durch das eigene Gestalten und Bearbeiten ihres Beetes haben sie nun schon Erfahrung gesammelt und können diese miteinbringen. Dadurch wurde das Selbstbewusstsein gestärkt, ich habe etwas geschafft. Beim gemeinsamen Planen des Ablaufes wird die Gruppenentwicklung gefördert, sie haben ein

gemeinsames Ziel. Die Ernte dient zum gemeinsamen Verzehr und zum Verarbeiten von Tee und Kräutersalz für den Winter.

Während der Wachstumsphase brauchen die Pflanzen nun die Pflege der Jugendlichen.

Pflegearbeiten:

Gießen	Besänftigende Arbeit, sich beruhigen
Keimlinge ausdünnen, Wildkräuter entfernen	Entscheidungsfinden
Hacken, nicht angewachsene Pflanzen entfernen	Aggressionsabbau, Entscheidungen treffen, Befreien, Ordnung schaffen
neue Pflanzen/Säen.	Vorfreude auf Neues, Feinmotorik schulen
Rank stützen anbringen	Unterstützung

Bei diesen ganzen pflegerischen Tätigkeiten für die Pflanze können die Jugendlichen die Bindung zu ihren Pflanzen stärken, Ihr Verantwortungsbewusstsein wird gebraucht. Das Verstehen der Pflanzen, was sie brauchen, um zu wachsen und somit das Verstehen, was sie selbst brauchen um zu wachsen. Es erfordert Geduld, beim Wachsen der Pflanzen zuzusehen, wie die Pflanzen sich in der Wachstumszeit Stück für Stück verändern. Hier kann eine Identifikation der Jugendlichen mit den Pflanzen stattfinden. Somit können sie lernen und erspüren, was sie mit der Pflanze gemeinsam haben und in ICH- Form über sie berichten (Rollentausch). Jeder Arbeitsschritt, den die Jugendlichen bei der Pflege machen, hat Auswirkung auf Ihre eigene und gemeinsame Ernte. Somit ist die Integrationsphase des Prozesses in Gange und gewinnt an Bedeutung . Die Beete nehmen Gestalt an, man kann es sehen, man spürt die getane Arbeit körperlich, es ist greifbar, es ist echt.
Zugleich erleben die Jugendlichen leider auch immer wieder, dass Pflanzen von Erdkrebsen, Schnecken und Läusen vertilgt oder befallen werden. Das sind Erfahrungen von Misserfolg, das fördert die Frustrationstoleranz. Hier geht es darum, die unterschiedlichen Prozesse und Geschehen von Wachsen und Veränderung im Tun zu entdecken, diese zu verstehen und zu handeln.

5.Kreativ Workshop

In den Zeiten wo wenig Pflanzenpflege gemacht werden kann oder die meiste Ernte verarbeitet wurde gibt es die Möglichkeit eines Kreativ-Workshops.

Zaun Bau

Um zu verhindern, dass die Pflanzen der Jugendlichen von Rehen und Feldhasen gefressen werden, entsteht die Idee, einen Zaun um den Bauerngarten zu bauen.
Bei diesem Bauprojekt haben die Jugendlichen die Möglichkeit, handwerkliches Geschick zu erlernen.
Ein Zaun ist ein Symbol von Grenzen setzen, sich abzugrenzen und zu wissen, wo die Grenzen des andern sind. Es ist eine schöne Möglichkeit, das Gemeinschaftsgefühl zu fördern und zu erfahren, dass es nur mit Hilfe der anderen möglich ist dieses Ziel zu erreichen.
Jeder einzelne kann sich mit seinen kreativen Ideen einbringen.
Es gibt als Hilfsmittel nur einen Kokosstrick und dickere Pfähle für die Grundkonstruktion. Den Rest an Material für den Zaun sollen die Jugendlichen im angrenzenden Wald sammeln. Der Gedanke hier ist, dass sie lernen, nicht mit Geld Material zu kaufen, sondern sich an der Natur zu orientieren, was sie zu bieten hat. Die Jugendlichen können somit verstehen lernen, welche Auswirkungen ihr Handeln hat. Das Motto lautet `Aus wenig mach viel`!

Entspannungsübungen- Phantasiereise

Die Kraft der Phantasie kann sie darin unterstützen, eine Identität zu entwerfen und zu leben. Sie eröffnet ihnen Potentiale, die in ihnen schlummern. Das sind Quellen der Kreativität und der ganz persönlichen inneren Lernprozesse. Sie dienen dazu, den Körper und den Geist zu entspannen, persönliches Wachstum und Entfaltung zu erlangen. Die Phantasiereise findet im Garten statt, jeder Jugendliche kann sich einen bequemen Platz suchen. Die Entspannungsreise wird von der Gartentherapeutin vorgelesen und von einer beruhigenden Musik im Hintergrund begleitet. Das Thema dieser Entspannung ist `Ort der Ruhe´. In dieser Übung geht es darum, dass die Jugendlichen einen Kraftort in der Natur finden, an dem sie sich und die Erde, die sie trägt spüren können, ihre Sinne wahrnehmen und schärfen und Kraft tanken können. Durch das anschließende Malen von Bilder, Symbolen, Farben und Formen des Erlebten, kommen die Jugendlichen ins Hier und Heute (was ist das Jetzt, ausgesprochen ist es vergangen, Zeit ist Dauer, Erstreckung also kein Jetzt mehr - entweder Heute – extendierte Gegenwart oder „ins Gegenwartserleben“ geholt). So können die Prozesse in den Alltag integriert werden und die Bilder als Grundlagen für ein Verstehen sein.

6.Ernte und Verarbeitung

Die Ernte des Gemüses, der Kräuter und Heilpflanzen erfolgt im Laufe von 4 Monaten, sobald ein Gemüse reif ist oder eine Blüte blüht (Ringelblumen).
Jeder Jugendliche erntet sein eigenes Beet. Das Gemüse können sie dann mit nach Hause nehmen und voller Stolz ihren Familien zeigen. Das gemeinschaftliche Gemüse wird im Garten zubereitet und gemeinsam gegessen (Erleben des gemeinsamen Genießens). Die Erfahrung, dass die Lebensmittel nicht aus dem Supermarkt, sondern tatsächlich aus der Erde gewachsen sind, ermöglicht den Jugendlichen ein neues Ernährungsbewusstsein. Beim gemeinsamen Zubereiten von Salat, Gemüsesuppen, Minz-Limonade können die Jugendlichen lernen, was gesunde Ernährung ist. Zugleich lernen sie wichtige Zusammenhänge kennen, wenn es um Fragen der Bestäubung durch Bienen und Hummeln geht, die vom Artensterben bedroht sind. Es wird dadurch bewusstgemacht, dass umweltschädliches Verhalten direkten Einfluss auf die Produktion hat und haben wird.
Die Heilpflanzen, Blüten, und Kräuter werden gemeinschaftlich getrocknet und zu Tee und Kräutersalz, als Wintervorrat verarbeitet. Das Trocknen von Heilkräutern ist die älteste Art der Konservierung. Bei dieser Tätigkeit können die Jugendlichen erlernen, welche Wirkungen die Pflanzen auf ihre Gesundheit haben. Die sinnliche Wahrnehmung durch das Riechen und Fühlen der Blüten steht hier im Vordergrund. Zugleich wird hier auch die Sinnhaftigkeit ihres Tuns gestärkt. Sie können auch im Winter sehen und schmecken und realisieren, dass sie etwas Sinnvolles geleistet haben.
Das Ernten ist für die Jugendlichen eine Bestätigung für ihre getane Arbeit, es ist Freude und ihr persönlicher Erfolg. Sie können sehen und erleben, dass ihre Pflege, Geduld und Sorge tolle Ergebnisse hervorgebracht haben. Sie können stolz auf sich sein. Es kann natürlich auch vorkommen, dass die Ernte nicht so prächtig ausfällt. Da heißt es zu lernen, auch mit Misserfolg umzugehen und das nächste Mal etwas zu verändern und besser zu machen. Dieses Bewusstsein zu bekommen, dass sie etwas aus eigener Kraft ändern können und somit ins Handeln gehen damit eine Veränderung stattfinden kann. Für Ihre Zukunft und die Zukunft unserer Welt…

4. Zusammenfassung / Summary

Zusammenfassung: Bauerngarten erleben mit Jugendlichen
Erfahrungen und Achtsamkeit sammeln in der Natur und in Korrespondenz mit den Mitmenschen. Altes Wissen aus Weisheit aufs Neue erlangen und an die Wurzeln der Vorfahren anknüpfen. Erfahrungen, dass man mit eigener Kraft etwas erschaffen kann, sich als wirksam erfahren kann. Praktischer Plan zur Umsetzung Bauerngarten erleben.

Schlüsselwörter: Bauerngarte, Integrative Therapie, Entwicklungsförderung, Heilkräuter, Natur

Summary: Farm Garden experience with youngsters
Collecting experiences and attention in nature and in correspondence with other people. Experiencing old knowledge and wisdom anew, going back to the roots of the ancestors. Experience that one can create with ones own strength and find out themselves as effective. Practical implementation plan for a farm garden.

Keywords: Farm Garden, integrative therapy, promoting development, medicinal herbs, nature

5. Literatur in Auswahl:

FPI Puplikationen:

Lukesch, B., Petzold, *H. G*. (2011): Lernen und Lehren in der Supervision – ein komplexes, kokreatives Geschehen. www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm *Supervision: Theorie – Praxis – Forschung. Eine interdisziplinäre Internet-Zeitschrift* – 5/2011 http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-supervision/download-05-2011-lukesch-b-petzold-h-g.html

Neuberger, K. (2011): Ansätze zu einer lntegrativen Gartentherapie. Zur Geschichte,Verbreitung, zu integrativem Gedankengut, Methoden, Praxis und Literatur, Integrative Therapie Jg. 2011. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=integrative-therapie_petzold-2011h-integrative-gartentherapie-euthyme-praxis-schwerpunktheft-integrative-therapie-04-2011.pdf

Petzold, H. G. (2015k): Integrative Therapie aktuell 2000 – 2015. Transversale und mundane Hominität. Den Menschen „von der Welt und der Natur her" denken – Klinische Kompetenz & soziales Engagement, ökologischer Naturbezug & kritische Kulturarbeit. http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-20-2015-hilarion-g-petzold.html

Petzold, H. G. (2006): Ökosophie, Ökophilie, Ökopsychosomatik Materialien zu ökologischen Stress- und Heilungspotentialen - die Sicht der Integrativen Therapie* https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-oekosophie-oekophilie-oekopsychosomatik-potentiale-integrative-therapie-polyloge-16-2006.pdf

Petzold, H.G. (2007d): „Mit Jugendlichen auf dem WEG ..."Biopsychosoziale, entwicklungspsychologische und evolutionspsychologische Konzepte für „Integrative sozialpädagogische Modelleinrichtungen". Bei www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für Psychosoziale Gesundheit* - Jg. /2007. http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/09-2007-petzold-h-g-mit-jugendlichen-auf-dem-weg.html

Petzold, H. G. (2015k) in Ko-respondenz mit Ilse Orth und Johanna Sieper: Integrative Therapie aktuell 2000 – 2015 Transversale und mundane Hominität Den Menschen „von der Welt und der Natur her" denken Klinische Kompetenz & soziales Engagement, ökologischer Naturbezug & kritische Kulturarbeithttps://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-2015k-integrative-therapie-aktuell-hominitaet-natur-kritische-kulturarbeit-polyloge-20-2015pdf.pdf

Petzold, Hilarion.G., Müller Lotti (2004c): Integrative Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie – Protektive Faktoren und Resilienzen in der diagnostischen und therapeutischen Praxis https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_petzold-mueller-2004c-integrative-kinder-und-jugendlichenpsychotherapie-protektive-faktoren.pdf

Petzold, H. G., Ellerbrock, B., Hömberg, R. (2018a): Die neuen Naturtherapien. Handbuch der Garten-, Landschafts-, Waldtherapie und Tiergestützten Therapie, Green Care und Green Meditation. Bd. I. Bielefeld: Aisthesis.

Sieper, J., Orth, I., Schuch, H.W. (2007/2019) (Hrsg.): Neue Wege Integrativer Therapie. Klinische Wissenschaft, Humantherapie, Kulturarbeit – Polyloge – 40 Jahre Integrative Therapie, 25 Jahre EAG - Festschrift für Hilarion G. Petzold. Bielefeld: Edition Sirius, Aisthesis Verlag. 2019 S. 41-63. - Als e-book: https://www.fpi-publikation.de/

Sieper, J., Petzold, H.G. (1993c/2011): Integrative Agogik - ein kreativer Weg des Lehrens und Lernens. In: Petzold, H.G., Sieper, J.(1993a): Integration und Kreation, 2 Bde., 2. Auflage 1996. Paderborn: Junfermann, S.359-370. http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-supervision/download-nr-06-2011-sieper-j-petzold-h-g.html

Sieper, J., Petzold, H.G. (2002/2011): POLYLOGE IN DER INTEGRATIVEN THERAPIE: „Mentalisierungen und Empathie“, „Verkörperungen und Interozeption“ – Grundkonzepte für „komplexes Lernen“ in einem intermethodischen Verfahren „ko-kreativen Denkens und Schreibens
https://www.researchgate.net/profile/Hilarion_Petzold/publication/322696013_Epitome_POLYLOGE_IN_DER_INTEGRATIVEN_THERAPIE_Mentalisierungen_und_Empathie_Verkorperungen_und_Interozeption_-_Grundkonzepte_fur_komplexes_Lernen_in_ein

Weitere Bücher:

Wolf-Dietmar/Ursula Unterweger, Die Bauerngärtnerin, 2006 Rosenheimer Verlagshaus

Rudi Beiser, Mein Heilpflanzengarten, 2012 Ulmer Verlag

Wolf Dieter Strol/Claidia Müller-Ebling/Christian Rätsch, Hexenmedizien,8 Auflage 2011, At Verlag

Nils Altner (Hrsg.), Rieche das Feuer, spür den Wind ,2016 KVC Verlag

Melanie Groß, Und plötzlich Gärtnern alle, 2016 oekom Verlag

Evelyn Maaß&Karsten Ritschl Phantasiereisen praktisch Anwenden, 3. Auflage 2011 Junfermannsche Verlag
Gartenherapie Band 5, Schulz Kirchner Verlag, 2.Auflage 201