

# 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:**

*Dotis 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 Zürich

**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 09/2020

## „Künstlerische Methoden und Medien als Erweiterung der Integrativen Garten- und Landschaftstherapie“ \*

*Leontine Hollab\*\**

---

\* 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](mailto:forschung@integrativ.eag-fpi.de), oder: [info@eag-fpi.de](mailto:info@eag-fpi.de), Information: <http://www.eag-fpi.com>) und der „Deutschen Gesellschaft für Naturtherapie, Waldtherapie/Waldmedizin und Green Care – DGN e.V.“ <https://www.eag-fpi.com/deutsche-gesellschaft-fuer-naturtherapie-waldmedizin-und-green-care-dgn/>

\*\* Teilnehmerin der Weiterbildung „Garten- und Landschaftstherapie im Integrativen Verfahren“ an der EAG. Betreuer/Gutachter: *Ulrike Mathias-Wiedemann*, Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold.



## Inhalt

1. Einleitung
2. Verknüpfung und Gemeinsamkeiten der Gartentherapie und Kunsttherapie
  - 2.1 Einführung Integrative Garten- und Landschaftstherapie
    - 2.1.1 Definition Garten- und Landschaftstherapie
    - 2.1.2 Grundlagen der Integrativen Therapie
    - 2.1.3 Der informierte Leib
  - 2.2 Grundlagen der Kunsttherapie
    - 2.2.1 Definition Kunsttherapie
    - 2.2.2 Kunsttherapie im Integrativen Verfahren
  - 2.3 Kunsttherapie und Gartentherapie
3. Sinneswahrnehmung und multisensorische Stimulierung
4. Schnittstellen Natur und Kunst
  - 4.1 Land Art
    - 4.1.1 Beispiel Land Art
  - 4.2 Kunst mit Naturmaterialien
    - 4.2.1 Herstellung von Tinte und Farbe
    - 4.2.2 Herstellung von Zeichenkohle
  - 4.3 Ökologische Ästhetik
5. Kunst in der Integrativen Garten- und Landschaftstherapie
  - 5.1 Praxisbeispiel Pflanzen-Mandala auf Hof Dinkelberg
    - 5.1.1 Vorstellung der Landbauwerkstatt Hof Dinkelberg
    - 5.1.2 Gartentherapeutische bzw. arbeitstherapeutische Arbeit auf Hof Dinkelberg
    - 5.1.3 Durchführung Pflanzen-Mandala
    - 5.1.4 Fazit Pflanzen-Mandala
6. Fazit
7. Zusammenfassung/summary
8. Quellenverzeichnis
  - 8.1 Literaturverzeichnis
  - 8.2 Abbildungsverzeichnis

## 1. Einleitung

Das 21. Jahrhundert ist durch eine Vielzahl von Veränderungen im Umweltbereich gekennzeichnet, die die gesellschaftliche Gesundheit beeinflussen. Zu diesen gehören laut dem WHO-Bericht *Gesundheit 2020* „umfangreiche Verluste an natürlichem Umweltkapital, die im Klimawandel, der Zerstörung der Ozonschicht in der Stratosphäre, der Luftverschmutzung und ihren Auswirkungen auf die Ökosysteme (z. B. Verlust an biologischer Vielfalt, Versauerung von Oberflächengewässern, Ernteschäden) zum Ausdruck kommen“ (WHO 2012). Die daraus resultierende umweltbedingte Krankheitslast in der Europäischen Region wird auf 15% bis 20% der gesamten Mortalität geschätzt (*ebd.*).

Mit der fortschreitenden Urbanisierung verdichten sich die Städte in der heutigen Zeit und Naturräume innerhalb der Stadt werden weniger. Durch diese Verdichtung des städtischen Raums sowie durch die fortlaufende technische Entwicklung entsteht ein bewegungsarmer Lebensstil, der häufig psychischen Stress mit sich bringt und zu einer **Entfremdung der Leiblichkeit** führt. Daraus resultiert wiederum eine vermehrte Häufigkeit von sogenannten „Zivilisationskrankheiten“ wie Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes und Depressionen (*Bauer & Martens 2010, S. 43*). Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) geht davon aus, dass schon in diesem Jahr Depressionen in den Industriestaaten zu den zweithäufigsten Erkrankungen zählen werden (*Techniker Krankenkasse 2011, S. 13*). Der leistungsbezogene Alltag in der heutigen Zeit führt bei vielen Menschen fortlaufend zu Dauerstress und Erkrankungen, wie z.B. Burn-Out.

Schon *Hugo Kükelhaus* erkannte, dass die Überbetonung des Intellekts und der Leistungsfähigkeit im technisch-industriellen Zeitalter zu einer Verarmung der leiblichen und seelischen Kräfte führen kann (*Zit. in Niepel & Emmrich 2005, S. 129*). Physische sowie psychische Erkrankungen sind die Folge.

Die **multiple Entfremdung** zieht sich mittlerweile durch alle Bereiche: Von der Arbeit und Arbeitsprozessen (Wirtschaftskrisen), von den Mitmenschen und der Zusammengehörigkeit, von der eigenen Leiblichkeit, von der Natur bzw. Lebenswelt (globale ökologische Zerstörung, Umweltkatastrophen), vom Gefühl von Zeit und den „menschlichen Erkenntnisprozessen“ (*Petzold 1987/2017, S. 239*).

Auch fehlender Naturkontakt kann zu einem Entfremdungsgefühl führen und negative Effekte auf Gesundheit und Wohlbefinden haben. Die „**neuen Naturtherapien**“, wozu auch die Garten- und Landschaftstherapie gehört, haben zum Ziel, dieser Entfremdung entgegenzuwirken, indem sie durch gezielte Naturerfahrung die Freude am Lebendigen fördern. Aus dieser Freude heraus kann eine besondere Achtsamkeit gegenüber anderen Lebewesen erwachsen und **Ökophilie** bzw. Naturliebe entstehen (*Petzold 2017, S. 7*).

Eine holländische Studie des VU University Medical Center Amsterdam zeigt auf, dass regelmäßige Aufenthalte in der Natur, wie z.B. im Garten, in Parks und anderen Grünanlagen, Angststörungen, Depressionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen nachweislich minimieren können (*Maas et al. 2006, S. 587*). In Japan und Südkorea wird bereits seit 1982 Shinrin Yoku („Waldbaden“), also das bewusste Eintauchen in den Wald, als Teil der präventiven Therapie und Gesundheitsförderung von Ärzten verschrieben.

Auch die Gartentherapie möchte nun erreichen, dass die regelmäßigen Kontakte mit der Natur (und somit auch mit sich selbst als Teil der Natur) zum festen Bestandteil des Alltags werden und dadurch den Lebensstil zu einem gesünderen hin verändern: „Die „**doppelte Aufgabe**“ der Naturtherapien besteht darin, uns zu

zeigen, wie wir Natur für uns selbst, unsere Gesundheit, unser Wohlergehen und unser Lebensglück nutzen können und weiterhin uns dazu anzuhalten, Natur zu bewahren, zu pflegen und lieben“ (Petzold 2017, S. 15).

Nicht nur der bewusste Naturkontakt kann bei der bereits erwähnten Entfremdung (insbesondere von Leiblichkeit) heilsam wirken, sondern auch der kreative Prozess des **künstlerischen Gestaltens**. Das schöpferische Tun schult Achtsamkeit und Wahrnehmung und fördert einen individuellen Ausdruck. Durch das Gestalten eines Werkes können neue Zugangs- und Erlebnisformen zu sich selbst, zum Mitmenschen und zur Mitwelt möglich gemacht werden (Meli zit. in: Oswald et al 2016). So kann künstlerisches Tun für einen achtsamen Umgang mit der Natur sensibilisieren.

Die Beschäftigung mit den Künsten kann sowohl für die geistige als auch für die körperliche Gesundheit von Vorteil sein. Dies ist eine wichtige Schlussfolgerung des neuen Berichts des WHO-Regionalbüros für Europa, in dem die Evidenz aus über 900 weltweiten Veröffentlichungen analysiert wird - die bislang umfassendste Überprüfung der Wirksamkeit zu Kunst und Gesundheit (WHO 2019).

Künstlerische Aktivitäten wie Tanzen, Singen, Malen und der Besuch von Museen oder Konzerten bietet eine „zusätzliche Dimension, die die körperliche und geistige Gesundheit verbessern kann“ (WHO 2019). Die in dem WHO-Bericht angeführten Beispiele zeigen, wie Kunst komplexe gesundheitliche Herausforderungen wie Diabetes, Fettleibigkeit und psychische Erkrankungen angehen kann. Kunst kann Lösungen in einem breiteren gesellschaftlichen und gemeinschaftlichen Kontext anbieten, die die gängige medizinische Praxis bisher nicht effektiv angehen konnte (ebd).

Ziel meiner Arbeit ist es, diese beiden heilsamen Komponenten, d.h. Naturkontakt und Kunst bzw. Gartentherapie und Kunsttherapie, zusammenzufügen und zu untersuchen, inwieweit das gartentherapeutische Angebot durch künstlerische Angebote erweitert und befruchtet werden kann.

Dazu werden im Folgenden zuerst die Garten- und Landschaftstherapie sowie Kunsttherapie im integrativen Verfahren definiert und erläutert. Daraufauf folgt das Konzept des „informierten Leib“ und der multisensorische Stimulierung vorgestellt. Danach zeige ich exemplarisch einige Schnittstellen zwischen Natur und Kunst auf.

Darüber hinaus stelle ich als Praxisbeispiel aus meiner Arbeit in der Landbauwerkstatt am Hof Dinkelberg die Durchführung eines Pflanzen-Mandalas vor und schildere meine Beobachtungen dazu.

## **2. Verknüpfung und Gemeinsamkeiten der Gartentherapie und Kunsttherapie**

## 2.1 Einführung Integrative Garten- und Landschaftstherapie

### 2.1.1 Definition Garten- und Landschaftstherapie

Gartentherapie ist nach *Niepel & Pfister (2010)* ein von einer therapeutisch sowie gärtnerisch qualifizierten Fachperson bzw. von GartentherapeutInnen gesteuerter Prozess, in dem Pflanzen und Gartenaktivitäten „gezielt dazu verwendet werden, das soziale, psychische und körperliche Wohlbefinden von Menschen zu stärken“ (zit. in SGGT 2015). Dabei werden die Pflanzen als therapeutisches Medium verwendet, um therapeutische Erfolge zu erreichen (*Schneiter-Ulmann et al. 2010, S. 24*). Anders als in der Integrativen Therapie wird hierbei jedoch nicht die **therapeutische Beziehung** ins Zentrum gestellt.

In der Integrativen Gartentherapie fungiert der Garten als wichtiger Begegnungsraum, in dem der Mensch wieder in Kontakt zu sich selbst, zu anderen und der Umwelt, vielmehr *seiner* Umwelt tritt, sodass sie ihm als Mitwelt erfahrbar wird (Petzold, Orth, Orth-Petzold 2008).

Die Gartentherapie bezieht neben dem **natur-beobachtenden** Gärtnern (rezeptive Gartentherapie) auch das **aktiv-gestaltende** Gärtnern (aktive Gartentherapie) als Therapiemittel mit ein und wird deshalb als „Bestandteil eines übergreifenden therapeutischen Konzeptes“ (*Berting-Hüneke et al. 2010, S. 18*) angesehen. In einer ergotherapeutischen Sicht verbindet sie Therapieansätze der körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Rehabilitation und kann Elemente der Psychotherapie, Psychosomatik, Ergotherapie und Physiotherapie beinhalten.

Die in der englischen Sprache sogenannte „Horticultural Therapy“ definiert Gartentherapie darüber hinaus als eine Behandlung der Rehabilitation, deren Schwerpunkt bei der Förderung „sozialer, kognitiver, physischer und/oder psychischer Funktionen und/oder in der allgemeinen Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden“ (*Haller 2006*) liegt. Des Weiteren führen *Braastadt et al. (2007)* unter dem Begriff „Green care“ die Nutzung landwirtschaftlicher Betriebe, wie z.B. die Arbeit mit Tieren und Pflanzen, dem Garten, dem Wald und der Landschaft, als eine Form der Gartentherapie im weiteren Sinne auf (zit. in SGGT 2015). In all diesen Formen der Gartentherapie werden durch die aktive Arbeit in und mit der Natur die Sinne angeregt und Entwicklungsprozesse in Gang gebracht, wie u.a. das Erleben der eigenen Leiblichkeit und Selbstwirksamkeit. Die Arbeit mit Pflanzen bedeutet für die PatientInnen, eine verantwortungsvolle und zukunftsorientierte Beziehung zu diesen einzugehen, denn Pflanzen verlangen neben Aufmerksamkeit auch regelmäßige Pflege und Geduld. Dies ist dementsprechend nicht nur bei der Arbeit mit Pflanzen wichtig, sondern auch in der Beziehung zu anderen Mitmenschen.

Gartentherapie als aktivierende Therapieform<sup>1</sup> kann die KlientInnen zudem dabei unterstützen, auch nach der Therapie einen gesunden, beweglichen und naturverbundenen Lebensstil zu entwickeln.

### 2.1.2 Grundlagen der Integrativen Therapie

---

<sup>1</sup>Aktivierende Therapie: u.a in der Naturheilkunde gebräuchliche Bezeichnung für eine anregende körperliche Behandlung (z.B. Bewegungstherapie) mit psychischen und sozialen Wirkungen, die Möglichkeiten zur Eigenbehandlung und Förderung der Persönlichkeit des Patienten bietet (*Psychyrembel 2002, S. 1649*)

In der Integrativen Therapie wird der Mensch als Körper-Seele-Geist-Wesen (**Leibsubjekt**) verstanden, das selbst Teil der Natur ist bzw. immer in einem **sozialen** und **ökologischen** Umfeld zu sehen ist (Petzold 2013). „Der Mensch ist ein [...] Leibsubjekt, das in einem unlöslichen Verbund mit dem sozialen und ökologischen Umfeld, der Lebenswelt, steht. Aus der Interaktion mit diesem Umfeld gewinnt er Identität.“ (Petzold 1974 k).

Der Integrative Ansatz berücksichtigt, dass der Mensch durch verschiedene Bereiche in seiner **Identität** geprägt wird. Identität ist der Ausdruck davon, wie sich ein Mensch begreift und versteht.

Der Mensch bildet Identität zum einen durch leibhaftiges Wahrnehmen seiner selbst, als „der ich bin“, dies wird **Identifikation** genannt. Zum anderen wird der Mensch durch seine Mitmenschen bzw. sein soziales Umfeld als der identifiziert, als „den sie mich sehen“, was als **Identifizierung** definiert wird (Petzold 2003a). Stimmt die Wahrnehmung von innen (Identifikation) mit der von außen (Identifizierung) möglichst überein, ist eine stabile Identität möglich.

Darüber hinaus prägen laut Petzold fünf Bereiche die Identität nachweislich. Die sogenannten „**5 Säulen der Identität**“ kommen hier zum Tragen:

#### 1. **Leiblichkeit** (Körper, Gesundheit, Aktivität)

Der Leib als Ursprung aller Gefühle und Gedanken. Ein gesunder Leib ist Voraussetzung für ein gesundes Identitätserleben.

#### 2. **Soziales Netzwerk** (Beziehungen, Familie, Freundschaften)

Ohne ein soziales Netzwerk und ohne Kontakt zu anderen ist Identität nicht möglich. Wechselspiel zwischen Grenze und Berührung zu anderen.

#### 3. **Arbeit/Leistung/Freizeit** (Leistungsfähigkeit, berufliche Perspektiven)

Im Tun und im Handeln verwirklicht sich der Mensch. Das Geschaffene „bietet ihm Identifikationsmöglichkeiten und dem Umfeld zugleich Möglichkeiten der Identifizierung“ (ebd.)

#### 4. **Materielle Sicherheit** (Finanzielle Lage, Abhängigkeiten, Sicherheit des Arbeitsplatzes, Armut)

Grundbedürfnisse wie Nahrung und Wohnung bilden Sicherheit, insbesondere für die Leiblichkeit. Ökonomische Sicherheit bietet ebenfalls eine wichtige Identifizierungsmöglichkeit des sozialen Umfelds.

#### 5. **Normen und Werte** (Verbundenheit mit Werten, religiös, spirituell, politisch etc.)

Gelebte Werte und innere Haltung können Halt geben und eine große Stütze sein wenn andere Bereiche der Identität ins Wanken geraten.

Die Natur bietet vielfältige Bilder, Prozesse und Strukturen, die als Metaphern des inneren Seelenlebens nutzbar und auf innere Prozesse übertragbar sind und dadurch therapeutisch genutzt werden können. Ähnlich wie sich die Natur in einem steten Werden und Vergehen befindet, befindet sich auch die Seele in einer ständigen Bewegung. Der Mensch ist nach Petzold ein **bio-psycho-sozial-ökologisches Wesen** wird durch die belebte Umwelt bzw. Mitwelt, das heißt durch Sozialisation, Enkulturation und Ökologisation, geprägt (Petzold, Orth-Petzold 2018) und prägt auch diese (Neuberger 2011, S. 9).

Folglich können durch die Arbeit in der Natur innere Prozesse durch äußere Handlungsergebnisse sichtbar gemacht werden und umgekehrt.

Von grundlegender Bedeutung für die Garten- und Landschaftstherapie ist überdies die **multisensorische Stimulierung**, also die Stimulierung aller Sinnesmodalitäten (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen, Tasten). Der Garten bzw. die Landschaft können durch ihre Vielfältigkeit diese Sinne beim Menschen anregen und dadurch gezielte Reize schaffen. Pflanzen laden dazu ein, sie zu berühren, der Mensch geht in Resonanz mit ihnen (sogenannte „Phytoresonanz“) und dies kann als Basis für Achtsamkeitsübungen genutzt werden: „Alles was ich berühre, tangiert auch einen Teil in mir“ (Neuberger 2011, S.18). Im Vordergrund der Integrativen (garten)therapeutischen Arbeit stehen die Prinzipien des Geschehenlassens, Wirkenlassens und Handelns (zit. nach Petzold in Leitner 2010).

### 2.1.3 Der informierte Leib

**„Fasst man einen Körper an, fasst man einen Menschen an“ (Karlfried Graf Dürckheim)**

Das Konzept des „informierten Leibes“ als **Leibsubjekt** in der Lebenswelt ist für die therapeutische Arbeit von großer Wichtigkeit, da der Leib die Basis darstellt, wie wir die Welt erfahren. Er bildet die Grundlage für all unsere Wahrnehmungen, Gefühle und Handlungen.

Laut dem „Leibbegriff“ der Integrativen Therapie ist der Leib ein körperlich-lebendiges, beseeltes und geisterfülltes Subjekt. Im Gegensatz zum bloßen Körper hat der Leib die Fähigkeit der bewussten Wahrnehmung und Erkenntnis. Demnach ist der Leib ein belebter, mit Bewusstsein ausgestatteter, vom Subjekt erlebter Körper (Petzold 2002], S. 5).

Das **Leibsubjekt** umfasst aus:

- dem Körper in seiner Gesamtheit
- der Psyche (Empfinden, Fühlen, Wollen)
- dem Geist (u.a. kognitive, mnestiche, spirituelle Prozesse)
- der Sozialität
- den ökologischen Bezügen

Die menschlichen Sinne fungieren als „Wahrnehmungsfenster zur Welt“ (Orth, Petzold, 1993c) und der Mensch nimmt die Welt sensomotorisch, propriozeptiv<sup>2</sup> und leiblich wahr (eigenleibliches Spüren). Das Wahrnehmungspotenzial des Körpers wird als „**perzeptiver Leib**“, das Ausdruckspotenzial des Körpers als „**expressiver Leib**“ bezeichnet (ebd.).

---

<sup>2</sup>Propriozeptiv: Die Propriozeption, auch Tiefensensibilität genannt, ist die Wahrnehmung der Lage und Haltung unseres Körpers im Raum. Das Gehirn erhält Informationen über Haltung, Bewegung oder Lage des eigenen Körpers über so genannte Propriozeptoren, die sich in den Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken des Körpers befinden (Krämer 2011).

Die Summe aller gelebten Wahrnehmungen und Handlungen werden im „**memorativen Leib**“ abgespeichert und werden somit zu Erinnerungen (Leibgedächtnis).

Der „informierte Leib“ (Leib + Leibgedächtnis) steht in ständiger Korrespondenz mit der Umwelt und ist Teil der Lebenswelt, welche der Mensch mit anderen koexistierenden Menschen (Leibsubjekten) teilt. Der Mensch „wird von den Gegebenheiten der Lebenswelt bewegt, beeinflusst, gestaltet und er wiederum bewegt, beeinflusst, gestaltet sie kokreativ durch sein Tun und Wirken“ (Petzold 2002j/2017). Somit bildet der Mensch seine Identität vornehmlich aus der Koexistenz und Bezogenheit zu anderen Menschen. *Martin Buber* formulierte im Dialogischen Prinzip: „Der Mensch wird am Du zum Ich“ (Buber 1984, S. 32), und stellt die Begegnung mit einem Gegenüber also als eine Voraussetzung für das Selbstwerden des Menschen dar. *George Herbert Mead* (1934) führt eine andere Perspektive ein: Das Selbst wird durch die Gemeinschaft der Anderen, mit denen es verbunden ist. Die Integrative Therapie denkt diese Ansätze und stellt – anders als *Buber* in seiner „Ich und Du-Formel“, nicht das Ich an den Anfang, sondern das „Wir“, die Menschengemeinschaft und ihre sozialen Netzwerke, wie *Moreno*, der Begründer des Psychodramas und der Soziometrie herausgearbeitet hat (Petzold 1984b). Deshalb wird über die Dialogik hinaus im Integrativen Ansatz von einer „Polylogik“ gesprochen, von Polylogen, das Gespräch mit und zwischen Vielen nach vielen Seiten über Vieles (Petzold 2005ü). Dies sollte auch in der therapeutischen Beziehung berücksichtigt werden, die auch die relevanten sozialen Netzwerke (Familie, Freundeskreis) der PatientInnen einbeziehen sollte (Brühlmann-Jecklin, Petzold 2004). Darüber hinaus kann die Polylogik im Integrativen Ansatz als Grundlage für die Arbeit in und mit Gruppen sowie mit Gruppenprozessen genutzt werden, da die Integrative Therapie in all ihren Methoden, darunter auch in den naturtherapeutischen Arbeitsformen, immer **pluridirektionale** Kontakte, Begegnungen, Beziehungen und ggf. Bindungen mit einbezieht (Petzold, Müller 2005/2007; Orth, Petzold 1995).

## 2.2 Einführung Kunsttherapie und Arbeit mit „kreativen Medien“

### 2.2.1 Definition Kunsttherapie

„**Die Kunst ist die Vermittlerin des Unaussprechlichen**“ (Goethe)

Es gibt verschiedenste Formen der (klinischen) Kunsttherapie. Neben der rezeptiven und aktiven Kunsttherapie soll hier insbesondere die **intermediale Kunsttherapie** genannt werden, bei der unterschiedliche künstlerische Ausdrucksformen zusammen oder in Abfolge im therapeutisch-künstlerischen Prozess eingesetzt werden (LVR Klinikverbund 2020).

Der Integrative Ansatz geht noch einen Schritt weiter und bezieht bei der Arbeit mit „kreativen Medien“ in einer **leibbezogenen**, ganzheitlichen **Kreativitätstherapie** die Kunst in all ihren Facetten mit ein (Petzold, H.G., Orth, I. 1990a/2007). Die Kunsttherapie fördert durch den Einsatz „kreativer Medien“ – ein durch Petzold und Sieper begründetes Konzept (Petzold, Brühlmann-Jecklin, Orth, Sieper 2008) – die Sinneswahrnehmung und berücksichtigt den gestalterischen Ausdruck als Grundbedürfnis des Menschen (Rickert 2009). Mit *Moreno* wird der Mensch als kreatives Wesen verstanden, dessen schöpferisches Tun in seiner Natur liegt. Die Integrative Kunsttherapie hat hier das Konzept einer „Anthropologie des

schöpferischen Menschen“ entwickelt (Orth, Petzold 1993c). Diese kreative Anlage lässt sich gestalterisch wie auch therapeutisch nutzen (Meli in Oswald et al. 2016). Ziel der Kunsttherapie ist nicht ein fertiges Endprodukt (Kunstwerk), sondern der Prozess der Entstehung und des Schaffens selbst, sowie die Entwicklung des Klienten in der Entfaltung seiner Lebensbewegung (Mees-Christeller 1988). Die Kunsttherapie bietet eine Möglichkeit, einen gestalterischen Ausdruck zu finden, bei dem ein hohes Maß an Gefühlen sichtbar werden darf (Meli in Oswald et al. 2016, S. 222). Die Vertiefung ins schöpferische Tun ermöglicht zudem eine Fokussierung auf die eigene Arbeit und ein „Ganz in der Gegenwart-Sein“, was für einen gewissen Zeitraum eine andere Gefühlslage ermöglicht. Das künstlerische Tun kann ein Weg aus der Passivität sein: Der Mensch wird selbst aktiv bzw. kreativ und setzt sich mit Material, Farben, Formen, Tönen, Bewegungen auseinander: „Die Arbeit mit „kreativen Methoden und Medien“, mit Farben, mit Tonerde, Musik, Poesie, mit Puppen, Masken, mit Pantomime, Theater, mit Tanz usw. ist dadurch gekennzeichnet, dass sie neben dem zentralen Medium herkömmlicher Psychotherapie, die Sprache, weitere Medien einführt, die über die verbale Ebene hinaus die Welt der **Nonverbalität**, der Symbole, der Bilder ansprechen, die Ebenen des **Präverbale**n und **Transverbale**n, all dessen, was nicht mehr oder nur schwer noch in Worte zu fassen ist. Durch diese Methodischen Ansätze und Medien wird nicht nur der Bereich des Affektiven, die Welt der Gefühle in besonderer Weise berührt und einbezogen, sondern auch der Bereich der Wahrnehmung und des leiblichen Ausdrucksvermögens“ (Petzold, H.G., Orth, I. 1990a/2007). Ähnlich wie in einem Garten kann es dem Menschen durch die Kunst möglich werden, seine Wahrnehmungs- und Ausdrucksmöglichkeiten zu schulen und Freude an Natur und Schönheit zu entwickeln. Im Zusammenspiel zwischen PatientIn, KunsttherapeutIn und gestaltetem Werk entstehen nach Meli (2016) drei Beziehungsebenen, die sogenannte **kunsttherapeutische Triade** (Meli in Oswald et al. 2016, S. 222), in welcher jedoch im Sinne des Integrativen Ansatzes der soziale und/oder ökologische **Kontext** bzw. der Ort, an dem der therapeutische Prozess „embedded“ ist (siehe Kapitel 2.2.2), ergänzt werden muss.

### Kontext/Kontinuum

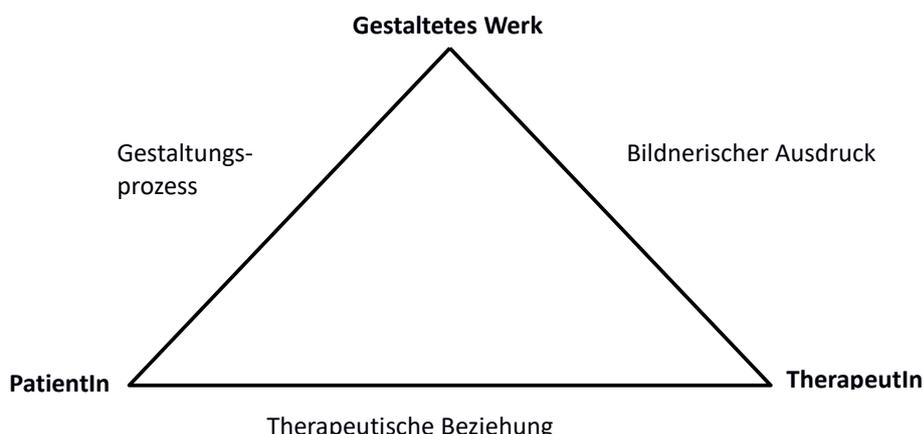


Abbildung 1: Kunsttherapeutische Triade<sup>3</sup>, die mit dem „Werk“ ein „Drittes“ in den Prozess einbringt.

### 2.2.2 Kunsttherapie im Integrativen Verfahren

<sup>3</sup> Die sogenannte „kunsttherapeutische Triade“ ist eine von unterschiedlichen AutorInnen in verschiedener Weise aufgebautes und benanntes Konzept bzw. Modell, vgl. Sinapius 2010, 34f. (die Abb. hier in Anlehnung an das Diagramm in [https://de.wikipedia.org/wiki/Kunsttherapie#cite\\_ref-35](https://de.wikipedia.org/wiki/Kunsttherapie#cite_ref-35)), Kontext/Kontinuum neu eingeführt.

**„In unserem Leben, das so nachhaltig von der Verknappung sinnhafter Erfahrung, dem Verlust von bedeutsamer Kommunikation, von Tun-können, Sich-ausdrücken-können, Fühlen-können, Gestalten-können gekennzeichnet ist, von der Abwesenheit von mitmenschlicher Betroffenheit, hätte die Kunst eine wichtige kritische, belebende, heilende Aufgabe zu erfüllen“ (Petzold 1987d, S. 229)**

Die Integrative Therapie betrachtet den Menschen als **multisensorisches, multimnestisches** und **multiexpressives** Wesen.

Die Integrative Kunsttherapie erfolgt stets in einem „ko-respondierenden, intersubjektiven Prozess zwischen der TherapeutIn, dem Patienten, dem Kunstwerk/Objekt und dem Kontext, mit dem was er umschließt“ (Petzold 1999q, S. 2). Das heißt, dass im künstlerischen Tun sowohl eigengestalterische als auch ko-kreative (z.B. mit der TherapeutIn, mit der Gruppe) Prozesse angestoßen werden.

Die Kunst- bzw. Gestalttherapie fungiert im Integrativen Verfahren als eine mögliche Methode auf dem Weg der Heilung.

Die Integrative Therapie orientiert sich u.a. an den „4 Wegen der Heilung und Förderung“, die als Vorgehensweisen zu verstehen sind, die den Menschen auf seinem Weg der Gesundheit unterstützen. Die 4 Wege der Heilung und Förderung können parallel oder aufeinanderfolgend im Laufe der Therapie Anwendung finden.

Neben dem ersten Weg der Heilung und Förderung, **Sinnfindung und Bewusstseinsarbeit**, dem zweiten Weg, **Nachsozialisation und Grundvertrauen**, sowie dem vierten Weg, **Solidaritätserfahrung und Engagement** findet insbesondere der dritte Weg der Heilung und Förderung in der Kunsttherapie Anwendung:

Beim dritten Weg der Heilung und Förderung, der **ressourcenorientierten Erlebnisaktivierung und Persönlichkeitsentfaltung**, geht es um die Entwicklung und Erschließung persönlicher Ressourcen, wozu auch Kreativität und künstlerischer Ausdruck zählen (Petzold 2006, S. 53). Die Integrative Kunsttherapie fördert demnach durch seine erlebniszentrierte Modalität das individuelle Erleben sowie die Kreativität und stimuliert die Sinneserfahrung. Die PatientInnen erlernen und vertiefen **multisensorische** (Wahrnehmung) und **multiexpressive** (Ausdruck) Performanzen (Petzold et al. 2004). Des Weiteren werden explorative Neugierde und ästhetische Erfahrung bzw. Naturerfahrung durch den Einsatz von kreativen Medien unterstützt.

Hierbei ist allerdings noch einmal zwischen der erlebnisaktivierenden bzw. **aktiv-produktiven** und der **rezeptiven** Kunsttherapie zu unterscheiden. In der rezeptiven Modalität geht es mehr um das Wahrnehmen und Empfangen von Schönheit, z.B. beim Betrachten von anderen Kunstwerken, von Bildbänden, etc., die eine Resonanz beim Patienten hervorrufen. Ein Bild kann den Menschen für kurze Zeit von sich selbst wegziehen, unmittelbare Gefühle treten in den Hintergrund und man kann sich ganz der Betrachtung und der jeweiligen Bildatmosphäre hingeben (de Botton 2017, S.142).

Die erlebnisaktivierende Methode in der Kunsttherapie birgt durch eigenes, intensives Gestalten und die starke Involvierung des Patienten ein gewisses Risiko der Retraumatisierung (Petzold 1999q, S. 6) und ist demnach mit Bedacht einzusetzen. In der rezeptiven Modalität bleibt das Kunstwerk „draußen“, der Patient kann sich ihm nähern, bleibt aber exzentrisch (ebd.).

### 2.3 Kunsttherapie und Gartentherapie

Kunsttherapeutische Angebote in der Gartentherapie können als Möglichkeit genutzt werden, **rezeptive** und **aktiv-produktive** Modalitäten miteinander zu verflechten. Rezeptiv werden der (vielgestaltige, bunte, duftende) Garten oder bestimmte Pflanzen, Formen und Farben betrachtet und aufgenommen und produktiv beispielsweise in ein gemaltes Bild umgewandelt, welches die Beobachtungen abbildet. So kann durch ein rezeptives Angebot des Gartens eigenschöpferisches Tun entstehen und sich so eine Form der **rezeptiv-produktiven Modalität** entwickeln. Der Garten wird interiorisiert und kann als innerer Garten heilsame Prozesse anstoßen. „Interiorisierte Schönheit trägt zur Gestaltung eigener „innerer Schönheit“ bei“ (Petzold 2012, S. 9). Diese **Interiorisierung** kann darauffolgend künstlerisch reflektiert und nach außen getragen werden.

Darüber hinaus ist die Gestaltung eines Kunstwerks eine Tätigkeit des *Ich*. Mit jedem neuen Werk wird gleichzeitig ein Stück „Mitwelt“ geschaffen. Die Auseinandersetzung mit dieser „Mitwelt“ kann das Wahrnehmungsvermögen durch eigene Gestaltungsprozesse fördern (Winkel 1995, S. 306).

### 3. Sinneswahrnehmung

Der Mensch wird von seiner Umwelt sowohl physisch als auch psychisch beeinflusst und steht mit ihr in ständiger Wechselwirkung bzw. Ko-rrespondenz (Frohmann et al. 2010, S. 97). Über das subjektive Erleben der Umwelt, oder im kleineren Maßstab des Gartens, kann das persönliche Wohlbefinden beeinflusst werden.

Demnach ist die Betrachtung des menschlichen Sinnessystems und des Prozesses der Wahrnehmung für therapeutische Arbeit in der Natur von großer Wichtigkeit, da das persönliche Wohlbefinden der Nutzerinnen und Patienten durch eine speziell gestaltete Umwelt und Mitwelt positiv beeinflusst werden kann.

Laut *Buddeberg* unterteilt sich der Wahrnehmungsprozess in drei Schritte: Zuerst findet der Sinneseindruck als einfache **Sinneserfahrung** statt. Dem folgt die **Sinnesempfindung** als die Summe von Sinneseindrücken und zuletzt erfolgt die Wahrnehmung als eine Art **Deutung** bzw. Bewertung, die von bereits Erlerntem und Erfahrenem beeinflusst wird (Zit. in *Schneider-Ulmann et al.* 2010, S. 47).

In der Integrativen Therapie wird dies in der „**hermeneutischen Spirale**“ deutlich: Der Erkenntnisprozess des menschlichen Handelns entwickelt sich vom Wahrnehmen zum Erfassen, zum Verstehen, Erklären und Handeln.

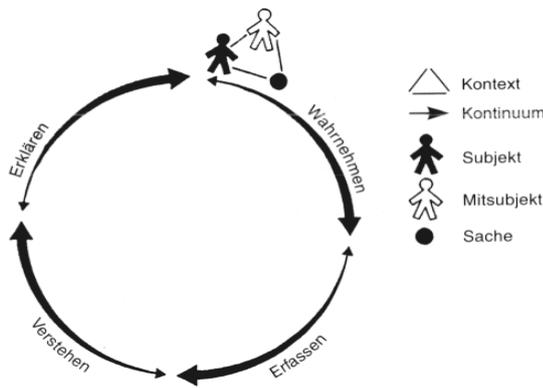


Abbildung 2: Die hermeneutische Spirale (aus *Petzold* 1992a; S. 489)

Folglich sind die Ergebnisse dieser Sinnesverarbeitung stets individuell und subjektiv sowie durch Emotionen, kulturelle Einflüsse und das soziale und ökologische Umfeld beeinflusst (*Niepel & Emmrich* 2005, S. 108). Darüber hinaus können Wahrnehmungsstörungen nicht nur auf eine Beeinträchtigung der Sinnesorgane zurückzuführen, sondern auch durch „fehlerhafte Verarbeitungsprozesse im Gehirn“ (*Schneider-Ulmann et al.* 2010, S. 47) entstanden sein.

Die Autoren *Abraham et al.* haben 2007 verschiedene gesundheitsfördernde Aspekte einer Landschaft zusammengestellt und beschrieben (*Frohmann et al.* 2010, S. 97). Demnach besteht die Wirkung einer Landschaft aus unterschiedlichen Komponenten, die zum menschlichen Wohlbefinden beitragen:

Die **physische** Komponente einer Landschaft hat einen bewegungsaktivierenden Effekt auf den Menschen. Die **pädagogische** Komponente zeigt die soziale Interaktion im Raum und die Förderung von kognitiven Funktionen in einer Landschaft auf. Bei der **psychischen** Komponente steht die Regeneration von psychischer und geistiger Beeinträchtigung im Vordergrund. Die **ästhetische** Komponente, die die „sinnliche Erfahrung der Landschaft“ (*Frohmann et al.* 2010, S. 97) beschreibt, regt die Sinneswahrnehmung des Menschen an und hat dadurch einen erholsamen Effekt.

Diese genannten Komponenten sind bei der Arbeit im (Therapie-)Garten zu berücksichtigen und hervorzuheben, damit unterschiedliche Facetten der Landschaft vom Patienten wahrgenommen werden können und ihn aktivieren.

Ein Garten schult die Wahrnehmung durch seine Vielfältigkeit: „Von der kontemplativen Distanz bis zur aktiven körperlichen Arbeit“ (*Berting-Hüneke et al.* 2010, S. 118) ermöglicht der Garten bzw. die Landschaft eine große Bandbreite von Wahrnehmungsmöglichkeiten.

Laut *Kükelhaus* wird die Entwicklung des Menschen „von derjenigen Umwelt optimal gefördert, die eine Mannigfaltigkeit wohldosierter Reize gewährleistet. Ungeachtet der Frage, ob diese Reizwelt von physischen oder sozialen Verhältnissen und Faktoren aufgebaut ist – die Vielgestaltigkeit der Umwelt ist Lebensbedingung“ (*Münch* 2013).

Des Weiteren kann der Aufenthalt bzw. das Bewegen in der Natur dazu beitragen, das räumliche Sehen, die Einschätzung von Maßstäblichkeit und Dimensionalität sowie den Gleichgewichtssinn zu schulen. Gerade in

der heutigen Zeit wird die Wahrnehmung oft auf visuelle Bilder reduziert (meist digitale Filme und Fotos) und andere Wahrnehmungsprozesse werden dadurch vernachlässigt.

Die **multisensorische Stimulierung**, d.h. dass neben der visuellen Wahrnehmung ebenso die haptische (Tasten), die taktile (Berühren, Befühlen), die olfaktorische (Riechen) sowie die gustatorische (Schmecken) und auditive bzw. akustische (Hören) Wahrnehmung angeregt wird, ist ein wichtiges Ziel der Integrativen (Garten-)Therapie. Die Wahrnehmungsfähigkeit lässt sich insbesondere im künstlerischen Tun in und mit der Natur üben.

„Jedem Sinnesvermögen lässt sich dabei ein expressives Vermögen zuordnen: dem Auge der Malerei, dem Ohr die Musik, dem kienästhetischen Sinn Tanz, Pantomime usw. Eindruck und Ausdruck - der Leib, der in der Szene agiert, als personales Leibsubjekt in die Lebenswelt hineinwirkt - werden Ansatzpunkte der Betrachtung, eine Betrachtung, die keineswegs an einem simplen Reiz-Reaktions-Schema ausgerichtet ist, sondern durchaus eine komplexe Struktur verbaler und nonverbaler Wahrnehmungs- und Ausdrucksmöglichkeiten darstellt, die szenisch und atmosphärisch organisiert sind. Der Leib als wahrnehmender und handelnder ist von der Szene nicht zu trennen. Er nimmt sie auf und wirkt in sie hinein“ (Petzold 1992m).

#### 4. Schnittstellen zwischen Natur und Kunst

##### 4.1 Land Art

**„Ich mag einfache, zweckmäßige, gefühlvolle, stille, kraftvolle Kunst. Ich mag die Einfachheit des Gehens“ (Richard Long)**



Abbildung 3: „Spiral Jetty“ von Robert Smithson

Abbildung 4: Kunstobjekt von Cornelia Konrads

Abbildung 5: Eigene Installation

Land Art („Landschaftskunst“) ist eine Ende der 1960er Jahre in den USA entstandene Kunstform der bildenden Künste (wikipedia 2020).

Kunstwerke werden in der Land Art aus Naturmaterialien geschaffen und im Naturraum installiert, wo sie verbleiben, bis sie durch Witterung oder andere Umwelteinflüsse wieder vergehen.

Das Besondere der Land Art ist die Nutzung von den vor Ort zu findenden Naturmaterialien. Oft werden sie unbehandelt, manchmal ohne weiteres Werkzeug bearbeitet. Die verwendeten Materialien einer bestimmten Landschaft haben daher großen Einfluss auf Ästhetik und Bauweise der Kunstwerke.

Land Art kann als Gegenbewegung zur damals erfolgreichen Pop Art gesehen werden, in der Kunstwerke nur noch als Spekulationsobjekte betrachtet wurden, die für Galerien und Museen kreiert wurden. „Viele Annahmen über Kunst, denen unsere Kultur anhängt, etwa dass die Probleme in der Kunst rein ästhetischer Natur seien und dass die Kunst niemals die Welt verändern werde, sind Überzeugungen, die das Potential der Künstler zu konstruktivem Denken und Handeln verringert haben“ (Prigann 2004). Dies änderte sich mit der Entstehung von Land Art. Die Werke nehmen auf die ortsspezifische natürliche Umgebung Bezug und thematisieren u.a. die Ökologie der jeweiligen Region (ebd.). Sie werden nicht wie Objekte in die Landschaft gesetzt, sondern werden selbst zu Landschaft.

Die BetrachterInnen begeben sich auf eine „innere und äußere Reise“ (Horber 2020) in die Natur, um das Kunstwerk in der Landschaft mit allen Sinnen zu erfahren; der Blick soll gelenkt werden und die Bewegung des Betrachters angeregt werden.

Die Bandbreite von Land Art zieht sich von kleinsten Installationen (zum Beispiel mit Steinen, Federn, Blättern oder Stöckchen, etc.) bis zur Gestaltung ganzer Landstriche, die durch massive Eingriffe und/oder Erd- bzw. Gesteinsbewegungen verändert werden.

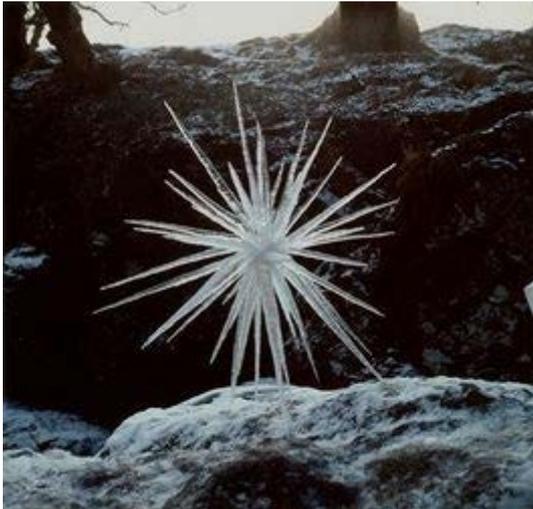
Da die Werke oft sehr schnell in der Natur vergehen und sie sich im Laufe der Zeit verändern, sind die einzigen Dokumentationsmöglichkeiten Fotografien oder Filme. Diese sind aber kein zwingender Bestandteil des Kunstwerks, denn in der Land Art wird eine Vermarktung oder der Verkauf der Bilder nicht angestrebt. Land Art ist im Gegensatz zur sogenannten „Environmental Art“ keine ökologische Landschaftskunst und versteht sich nicht als ökologisches Statement, sondern vielmehr als Kunstform, die sich mit kunstkritischen und kunstpolitischen Fragen auseinandersetzt. „It's about art, not landscape“ sagte der Land Art Künstler Michael Heizer (wikipedia 2020).

Environmental Art bzw. **Natur-Kunst** ist eine Strömung der Land Art, deren Fokus weniger auf radikalen Gesten in der Landschaft liegt. Die Vertreter der Natur-Kunst möchten vielmehr das Dynamische, Prozesshafte der Natur sichtbar machen und sind mehr am Wesen der natürlichen Dinge interessiert, „an ihrer Farbe, Form und Beschaffenheit, an ihrem Geschmack und Geruch, an ihrem Platz in der Natur“ (Lailach 2007, S. 48).

Naturerfahrung und Kreativität lassen sich mit der Natur-Kunst auf eine fruchtbare Weise verbinden. Laut Richard Louv gibt es mehrere Studien, die aufweisen, dass durch die unmittelbare Interaktion mit Natur unsere Kreativität auf besondere Weise stimuliert wird. Die Natur bewirke mit ihren „losen“ aber zusammenhängenden Teilen eine „größere Sensibilität für die Strukturen und Muster (...), die aller Erfahrung, aller Materie und allen Geschnehnissen zugrunde liegen.“ (Louv 2012, S. 47ff). Natur-Kunst gestaltet Kunst nicht nur in der Natur, sondern auch Kunst mit der Natur. Im Rhythmus der Jahreszeiten und im Wechsel mit dem Wetter entstehen sich im stetigen Wandel befindliche Kunstwerke.

#### 4.1.1 Beispiel Land Art

**Andy Goldsworthy „thin ice/made over two days/welded with water from dripping ice/hollow inside“ (1987)**



Abbildungen 6 & 7: „Thin ice [...]“ von Andy Goldsworthy

Andy Goldsworthy ist ein englischer Künstler und gilt als einer der wichtigsten Vertreter der Natur-Kunst, einer Variante von Land Art (siehe Kapitel 4.1).

Goldsworthy schuf diese Skulpturen 1987 aus Eis, indem er Eiszapfen und Schollen ausschließlich mithilfe von Schmelzwasser sternenförmig zusammenfügte. Die Objekte blieben nur für kurze Zeit bestehen, bevor sie wieder tauten. In diesem „Wettlauf gegen die Zeit“ sucht er den fließenden Moment der Zeit und eine Energie des Augenblicks (Lailach 2007, S. 48). Die entstandenen Werke sind einzig durch Fotografie-Aufnahmen dokumentiert.

Goldsworthy greift in seinen Arbeiten gegebene, natürliche Konturen auf und führt sie behutsam nur so viel weiter, dass sie eine neue künstlerische Naturform gewinnen. Der kurze Widerschein der Sonne im sternenförmigen Eiszapfen beispielsweise zeigt etwas von der ganz eigenen Ordnung der Natur, es geht um das Erkennen der sichtbaren und unsichtbaren Natur.

Goldsworthy sagte selber dazu: „Ich musste meine Idee von Natur vergessen und wieder lernen, dass ein Stein hart ist und dabei herausfinden, dass er auch weich ist. Ich zerriss Blätter, zerbrach Steine, zerschnitt Federn, um jenseits der Erscheinungen zu gehen und etwas vom Wesen zu berühren“ (ebd.).

#### **4.2 Kunst mit Naturmaterialien**

Die wohl offensichtlichste Verknüpfung zwischen Natur und Kunst ist das künstlerische Gestalten mit natürlichen Materialien. Dazu zählen etwa die reiche Palette von Naturfarben aus Färberpflanzen, die Herstellung eigener Zeichenkohle, das Nutzen selbstgemachter Pinsel und Stifte aus Hölzern und Federn bis hin zum Schöpfen von Papier.

Werkzeuge und Farben aus Materialien aus der Natur herzustellen kann neue Wege der Verwandlung aufzeigen: Ein Ding wird aus einem anderen hervorgebracht und eine bestimmte Reaktion vom jeweiligen Naturmaterial auf dessen Bearbeitung kann beobachtet werden. Durch diesen Dialog mit der Natur können

sich die Kenntnisse der lokalen Landschaft sowie einzelner Biotope vertiefen, aus denen die Materialien entnommen werden. Etwas über die Naturgeschichte des Ortes zu erfahren, „eröffnet uns einen Zugang zu den Geheimnissen, dem Wissen und der Schönheit der lebendigen Welt um uns herum“ (Neddo 2016, S.10).

Ebenso wie in der Natur-Kunst kann sich der Mensch bei der Materialien-Suche als Teil der Natur (wieder-)entdecken und mit ihr in Beziehung treten. Des Weiteren wird die explorative Neugierde und Kreativität gefördert. Exemplarisch werden im Folgenden zwei Beispiele aufgelistet.

#### **4.2.1 Herstellung von Tinte und Farbe**

Farben oder Tinten lassen sich meist mühelos aus färbenden Pflanzen herstellen. Rote Bete beispielsweise färbt intensiv rot-magentafarben. Für die Tinte sollte die rote Bete in kleine Stücke zerteilt und mit etwas Wasser in einem Topf zum Kochen gebracht werden. Je länger die Kochzeit, desto mehr wird die Flüssigkeit reduziert und desto dunkler wird die Tinte. Um die Tinktur danach länger haltbar zu machen, kann am Ende des Kochvorgangs Salz und Essig hinzugefügt werden. Die Tinte wird abschließend durch ein feines Sieb in ein Gefäß abgeseiht.

Sogenannte Färberpflanzen sind Pflanzen, die einen hohen Gehalt von färbenden Inhaltsstoffen besitzen und die bestimmte Anforderungen wie Lichtechtheit, Intensität und Waschechtheit erfüllen.

Färberpflanzen wie u.a. die gelb färbende Studentenblume (*Tagetes erecta*) und die Färberdistel (*Carthamus tinctorius*), die rot färbende Malve (*Malva sylvestris*) oder auch die grün färbende Brennnessel (*Urtica dioica*) können ebenfalls zu einem Farb-Sud eingekocht werden. Bei den meisten der aufgelisteten Pflanzen kann man aber auch direkt mit der Blüte oder dem Blatt auf das Papier malen und die verschiedenen Farbnuancen wahrnehmen. Dazu sollte das jeweilige Blatt oder die Blüte zwischen den Fingern etwas zerdrückt und gedreht werden, sodass der Pflanzensaft austreten kann. Das eingedrückte Blatt kann dann als „Zeichenstift“ verwendet werden. Dadurch ist ein noch direkteres Be-Greifen der üppigen Farbwelt der Natur möglich.

#### **4.2.2 Herstellung von Zeichenkohle**

Eines der ältesten menschlichen Kunstwerke ist die in den 1990er Jahren entdeckte Höhlenmalerei in der Höhle von Chauvet in Südfrankreich. Für diese mehr als 30.000 Jahre alte Malerei, die Wollnashörner, Pferde und andere Tiere zeigt, wurde Holzkohle verwendet. Zeichenkohle aus verbranntem Holz ist demnach eines der ältesten Mal-Utensilien der Menschheit (Neddo, 2016).

Zeichenkohle lässt sich sehr leicht selbst herstellen. Für einfache Zeichenkohle braucht man nur ein Lagerfeuer zu entzünden und zu warten, bis das Holz heruntergebrannt und verglüht ist. Die verbliebenen Reste können dann als Zeichenkohle genutzt werden.

Da die Zeichenkohle relativ weich ist, kann die Textur der Oberfläche, auf die gezeichnet wird, intensiv wahrgenommen werden.

Etwas aufwendiger ist es, schmale Kohlestäbchen selbst herzustellen: Für die Stäbchen eignen sich dünne Äste aus wildem Wein oder Weide. Die Hölzer sollten vor dem Gebrauch auf die gleiche Länge geschnitten

und entrindet werden, damit die Dichte im ganzen Holzstab gleich bleibt und dieser später beim Zeichnen stabiler ist. Das Entrinden gelingt zum Beispiel mit der stumpfen Seite eines Taschenmessers. Als Brenngefäß braucht es ein kleines Metallgefäß mit Deckel (z.B. ein alter Metalleimer, eine Keksdose oder ein leerer, neuer Farbeimer), in das die Hölzchen dicht an dicht gefüllt werden und das auf die heiße Feuerstelle gestellt werden kann. Im Gefäß verkohlt das Holz dann, ohne in Flammen aufzugehen, da im Inneren nicht genug Sauerstoff vorhanden ist. Wenn das Feuer ausgebrannt ist und die Gefäße erkaltet sind, können die Kohlestäbchen entnommen werden.

Eine wesentliche Eigenschaft von Holzkohle besteht darin, dass man sie gut verwischen und mit ihr rasch große Fläche schattieren kann. Deswegen eignet sie sich insbesondere für das Anfertigen von Skizzen und Entwürfen (Neddo, 2016).



Abbildung 8: Kohlestäbchen

### 4.3 Ökologische Ästhetik

#### **„Der Leib ist die Natur, die wir selbst sind“ (Gernot Böhme)**

Das Wort „Ästhetik“ leitet sich vom griechischen Wort „aísthēsis“ her, was „Wahrnehmung“ bzw. „Empfindung“ bedeutet. Die Ästhetik ist die Lehre von den Gesetzen des wahrnehmbaren Schönen, besonders in Kunst und Natur (Wahrig 2000).

Die sogenannte ökologische Ästhetik oder auch ökologische Naturästhetik beschäftigt sich mit der menschlichen Wahrnehmung von Naturschönheit auf der Grundlage eines leibbezogenen Naturverständnisses. Hierbei geht es in erster Linie um die menschengemachte, also kultivierte Natur bzw. Kulturlandschaft.

Die ökologische Ästhetik will nun dafür sensibilisieren, welche Gewalt der Natur durch den Menschen angetan wird und wie sehr wachstumsorientierte Ökonomie die Landschaft bedroht (Lotter 2002). Sie lehrt ein neues Verhältnis zur Natur, nämlich die Natur nicht als Objekt wissenschaftlicher Erkenntnis oder wirtschaftlichen Ertrags wahrzunehmen, sondern als Teil der Lebenswelt, zu der der Mensch ebenfalls gehört. Somit ist die Natur kein dem Menschen gegenüberstehendes Objekt, sondern der Mensch aufgrund seiner Leiblichkeit selbst Teil der Natur (Böhme 1989, S.7).

Die ökologische Ästhetik setzt sich dafür ein, die weitere Zerstörung der Natur durch den Menschen zu verhindern, indem die (sensitive) Wahrnehmungsfähigkeit von natürlichen Kreisläufen geschult und die eigene Entfremdung von Natur bewusst gemacht wird.

Rationaler Umweltschutz reicht dafür jedoch nicht aus, da er Emotionen und die Beziehung des Menschen zur Natur außer Acht lässt. „Indem Umweltverbände ihre Argumentation auf Daten und Fakten stützen, unterliegen sie [...] der gleichen Ignoranz gegenüber dem menschlichen Bedürfnis nach landschaftlicher Harmonie wie die Forstwirtschaft. Was uns im Herzen bewegt ist nicht messbar“ (Stölb 2013, S.8).

Umweltschutz klammert den Menschen oft aus, Natur wird zum „musealen Gegenstand in Naturschutzreservaten“ (Lesch et al. 1996, S. 208), in denen der Mensch als Eindringling gilt. Für das Zusammenspiel von Naturwelt und Menschenwerk ist aber die Nähe des Menschen zur Natur essentiell. Die ökologische Ästhetik bezieht also neben der Ökologie ebenfalls die sinnliche Wahrnehmung und Ästhetik als Freude am Schönen mit ein, die die Grundlage zur (Natur-)Liebe bildet (Stölb 2013).

Hierbei ist das Erleben von Naturschönheit stets in der intersubjektiv geteilten Lebenswelt und kulturellen Verständnissen eingebunden (Föhn et al. 1996). Wichtige Voraussetzung für die Wahrnehmung von Naturschönheit ist eine „kontemplative Grundhaltung, in der die Natur mit offenen Sinnen absichtslos wahrgenommen wird“ (Lesch et al. 1996).

Die ästhetische Erfahrung der Natur gleicht in vielerlei Hinsicht dem Umgang mit Kunst und liefert eine Fülle an Sinneseindrücken. Natur kann als lebendiges Kunstwerk erfahren werden und das ästhetische Empfinden beeinflussen (Winkel 1995, S. 307).

Die Natur ist Ursprung menschlichen, künstlerischen Schaffens und ist noch heute Ausgangspunkt für viele künstlerische Darstellungen, wenngleich ihre Bedeutung in der heutigen abstrakten Kunst zurückgegangen ist. Der in der modernen Kunst erreichte Abstraktionsgrad hat ebenfalls Folgen für unser Naturverständnis, das „von kulturellen Bildern überlagert“ sein kann (Föhn et al. 1996, S. 321).

Ein gestaltetes Kunstwerk kann als ein vernetztes System verstanden werden, genau wie auch die uns umgebende Umwelt. Das Gestalten und Durchdenken des einen Systems kann für das Gestalten und Durchdenken des anderen förderlich sein (Winkel 1995, S. 306).

## **5. Kunst in der Integrativen Garten- und Landschaftstherapie**

### **5.1 Praxisbeispiel Pflanzen-Mandala auf Hof Dinkelberg**

#### **5.1.1 Vorstellung der Landbauwerkstatt Hof Dinkelberg**

Der Hof Dinkelberg, in Schopfheim zwischen südlichem Schwarzwald und Rhein gelegen, bewirtschaftet biologisch-dynamisch ca. 100 ha landwirtschaftliche Fläche. Ein hoher Anteil der Fläche ist Grünland, auf der die 25-köpfige Mutterkuhherde weidet. Außerdem werden Getreide, Kartoffeln und viel Gemüse angebaut. Eine kleine Schafherde hält im Sommer die Steilhänge von Verbuschung frei, einige Schweine und über 200 Hühner werden auf dem Hofgelände gehalten.

Die Produkte in Demeter-Qualität werden direkt an die Endverbraucher vermarktet, einerseits auf dem Schopfheimer Wochenmarkt und andererseits über die Dreiland Biokiste.

Der Hof Dinkelberg ist darüber hinaus Träger öffentlich geförderter, sozialversicherungspflichtiger Arbeitsplätze für Menschen mit Assistenzbedarf.

Die Landbauwerkstatt versteht die landwirtschaftlich-gärtnerische Tätigkeit als eines der ältesten und natürlichsten Mittel, um insbesondere Menschen in Krisen durch alltagspraktische Tätigkeit wieder Kraft und ein Gefühl von Selbstwert und Sinnhaftigkeit zu geben.

In die landwirtschaftlichen und gärtnerischen Tätigkeiten und Prozesse der sogenannten Landbauwerkstatt werden etwa 20 Menschen mit psychischer Erkrankung und/oder Behinderung integriert.

Hierbei stehen die Gemüseaufbereitung, Anbau und Pflege der (Gemüse-)Kulturen sowie die Versorgung der Tiere, wie Hühner und Schweine, im Mittelpunkt.

Im Rahmen des sozialtherapeutischen Angebots der Tagesstruktur werden Menschen des benachbarten *Markus-Pflüger-Heims* (stationäre und ambulante Betreuung von Menschen mit seelischer Behinderung) in den Hof-Alltag eingebunden. Darüber hinaus fungiert der Hof Dinkelberg als Außenarbeitsplatz einer WfbM (Werkstatt für behinderte Menschen). Über die *Christopherus Gemeinschaft* in Kandern finden Menschen, die eine Eingliederungshilfe erhalten auf dem Hof einen geschützten Arbeitsplatz.

### **Die Ziele des sozialtherapeutischen Angebots sind u.a.:**

Psychisch kranken Menschen das Recht auf Arbeit gewähren und damit zu einer angemessenen Rolle im Arbeitsleben zu verhelfen

Geregelter Tagesablauf, pünktliches Aufstehen, pünktlicher Arbeitsbeginn

Förderung von Konzentration und Sorgfalt

Förderung im kognitiven und psychomotorischen Bereich

Steigerung von Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit durch sinnvolle Beschäftigung

Ablenkung von der Krankheit, **Förderung psychophysischer Entspannung**

Findung innerer Ordnung

Bezug zu früheren Fertigkeiten schaffen und wieder anknüpfen (**Erarbeitung positiver Zukunftsperspektiven**)

Eigene Grenzen aufzeigen (Selbsteinschätzung)

Bestätigung und Halt durch gleichmäßige, einfache und geregelte Arbeit

Förderung bzw. Erhaltung der Grob- und Feinmotorik (handwerkliches Geschick)

Körperliche Bewegung, meistens draußen in der Natur, Förderung eines lebendigen Naturbezugs

Auseinandersetzung mit Material und Werkzeug und damit verbunden die Möglichkeit sensorische Reize wahrzunehmen, verschiedene Sinne zu aktivieren und zu schulen.

Auseinandersetzung mit dem sozialen Umfeld

Überlagerte, reduzierte und vom Klienten nicht mehr erkennbare soziale und instrumentelle

Fähigkeiten aufdecken und fördern, Ressourcen-Aktivierung

Hinführen zu Pflichtbewusstsein und Verantwortung

Förderung bzw. Erhaltung des Durchhaltevermögens für mindestens 2 Stunden am Tag

Förderung der Gruppen- und **Beziehungsfähigkeit**

Pflege von sozialen Kontakten, **Bildung sozialer Netzwerke**

Umgangsformen und Regeln im Arbeitsbereich kennen und akzeptieren lernen

Angepasst an ihre Möglichkeiten, sowie persönliche Fähigkeiten tragen die Menschen mit Assistenzbedarf einen wichtigen Teil zur Arbeit auf dem Hof bei und erfahren dabei Wertschätzung und Förderung in einem geschützten Raum.

### 5.1.2 Gartentherapeutische bzw. arbeitstherapeutische Arbeit auf Hof Dinkelberg

Ich arbeite seit Juli 2017 als Gartentherapeutin auf dem Hof Dinkelberg und begleite und unterstütze die Menschen mit Assistenzbedarf bei ihrer täglichen Arbeit auf dem Hof.

Jeder Mitarbeiter mit Assistenzbedarf hat eine feste Bezugsperson in unserem Betreuungsteam, die ihn/sie unterstützt und mit ihm/ihr regelmäßig Gespräche führt. Die täglich anfallenden Aufgaben auf dem Hof müssen meist im Team bewältigt werden, durch das Arbeiten in einer Gemeinschaft entstehen neue soziale Kontakte und Freundschaften. Im Rhythmus des Jahreskreislaufs begehen wir gemeinschaftlich Feste und singen zusammen. Ein frisch zubereitetes Mittagessen wird ebenfalls jeden Tag gemeinsam eingenommen, hier ist Platz für Unterhaltungen und Austausch. Da das Gemüse in der hofeigenen Küche weiterverarbeitet wird, findet sich die geleistete Arbeit der Gemüse-Aufbereitung auf dem eigenen Teller wieder.

#### Wichtige Aufgaben der Betreuungs-Arbeit auf dem Hof sind u.a:

- Akzeptanz und Annahme jedes Menschen in seiner Arbeit und seinem Verhalten (**emfühlendes Verstehen**)
- Motivation zur Anwesenheit in der täglichen Arbeit
- Nach Möglichkeit Wunscherfüllung des Mitarbeitenden in seiner Wahl der verschiedenen Tätigkeiten
- **Emotionale Annahme und Stütze**
- Bestätigung durch Lob und Anerkennung für das individuell Geleistete vermitteln
- Auf die krankheitsbedingten Bedürfnisse des Einzelnen eingehen
- Beobachten und daraus folgend handeln:
  - Ein Arbeitsfeld anbieten, in dem die/der Mitarbeitende sich selbst erproben und trainieren kann.
- Entsprechend der Fähigkeiten und Möglichkeiten zu den unterschiedlichen. Arbeitsanforderungen hinführen
- Regelmäßigkeiten wie Arbeitszeiten, Pausen, Rituale einhalten. Zu Ordnung und Sauberkeit anhalten
- Förderung von **Lernmöglichkeiten** und Lernprozessen
- Hilfe in alltagspraktischen Fragen, **Lebensbewältigung**
- Förderung des sozialen Umgangs untereinander, das Gemeinschaftserlebnis stärken, **Förderung sozialer Netzwerke**
- Regelmäßige Rücksprache und Reflexion mit den Wohnbereichen bzw. ambulanten Betreuungsdiensten

In der Landbauwerkstatt ist der Arbeitsalltag, trotz geschütztem Rahmen, von einem hohen Produktionsdruck und eng getakteten Arbeitsabläufen bestimmt. Um sich untereinander auch einmal bewusst ohne Arbeitskontext zu begegnen findet jeden Donnerstag Vormittag ein sogenannter „Morgenkreis“ statt. Der Morgenkreis hat außerdem zum Ziel, einen Raum für **Lernmöglichkeiten** und für die Vermittlung heilsamer, **ästhetischer Erfahrungen** zu öffnen. Darüber hinaus wird im Morgenkreis das soziale Gefüge und das **Solidaritätserfahren** gefördert. Dieser Morgenkreis wird vom Betreuungsteam (mir als Gartentherapeutin, meiner Kollegin als gelernte Bäuerin und Musikpädagogin sowie meinem Kollegen als Ergotherapeuten) gestaltet. Im Morgenkreis sprechen wir jahreszeitliche Prozesse an, thematisieren und begehen Feste (u.a. Erntedank, Michaeli, etc.), gestalten zusammen Bilder, machen Spaziergänge, sammeln Ideen zu relevanten Themen auf dem Hof, musizieren und singen gemeinsam. Dabei wird der Fokus darauf gelegt, Themen möglichst **multisensorisch** zu vermitteln, sodass diese nicht abstrakt bleiben, sondern selber erfahrbar werden. Durch die mitunter nur kurze Aufmerksamkeitsspanne der Menschen mit Betreuungsbedarf und die Diversität der Gruppenzusammenstellung sind prägnante Sätze, die angepasste individuelle Ansprache sowie Abwechslung in der Gestaltung von großer Bedeutung.

### 5.1.3 Durchführung Pflanzen-Mandala

#### Aufgabenstellung/Thematisierung

Wir nutzen den letzten Donnerstag im Oktober, um das Thema Herbst und die damit einhergehende Veränderung in der Natur zu thematisieren. Die Blätter verfärben sich, fallen von den Bäumen, die Natur zieht sich langsam in sich zurück, Nebel hängt über den Feldern, die Tage werden kürzer und dunkler. Jeder kann schildern, was er oder sie zum Thema Herbst erlebt, was auffällt. Dieses Herantasten an das Thema und der gemeinschaftliche Austausch bilden die **Initialphase** unserer Aktion.

Im Folgenden regen wir an, nun selbst hinaus in die Natur zu gehen und zu schauen, was im Oktober in der Natur an Formen, Farben und Gegenständen zu finden ist. Dies können Blüten, Samenstände, Beeren, Blätter, Zweige usw. sein.

#### Vorbereitung

Im hellen und warmen Gewächshaus hat unser Betreuungsteam zuvor einen leeren Pflanztisch vorbereitet, auf dem nun ein weißes Leinentuch liegt. Auf dieses Tuch sollen die Fundstücke gelegt werden und somit ein Pflanzen-Mandala entstehen. Des Weiteren wurde das Tuch vorstrukturiert und hat bereits ein Zentrum, das ein leuchtender Hokkaido-Kürbis bildet sowie mehrere Abteilungen, die durch strahlenförmig angeordnete Stängel einer verwelkten Iris entstanden sind.

Der Standort des Gewächshauses wurde bewusst gewählt, da hier besonders im Winter viel gearbeitet wird (hier wird Chicorée gepflanzt, Kürbisse, Zwiebeln und anderes Gemüse sortiert, geputzt und gewaschen etc.), sodass sich jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter mindestens einmal in der Woche im Gewächshaus aufhält. Dadurch können die verschiedenen Verfallprozesse des entstandenen Mandalas im Laufe der Zeit beobachtet und das Werk in Ruhe betrachtet werden. Durch den geschützten Standort vergehen die

pflanzlichen Materialien nicht ganz so schnell, werden nicht von Wind und Wetter auseinander getragen und bieten so die Möglichkeit, als Erinnerung an die gemeinschaftliche Aktion zu fungieren.

### Aktionsphase

In der nun folgenden **Aktionsphase** laufen wir in Kleingruppen, mit Rosenschere und Korb ausgestattet, hinaus, um die Schätze der Natur zu finden. Jede Kleingruppe soll etwa 5 à 5 Fundstücke (d.h. von jedem Fundstück möglichst 5 Exemplare, z.B. 5 Blätter) sammeln und zurückbringen.

Jede Kleingruppe kommt mit reichlich gefüllten Kisten und Körben zurück ins Gewächshaus. Wir versammeln uns rund um den Pflanztisch und erläutern die nächsten Schritte. Pro Kleingruppe kann immer ein/eine Teilnehmende das Fundstück auf das Tuch legen, danach ist der nächste einer anderen Teilgruppe an der Reihe. So geht es reihum bis alle Fundstücke zu einem Mandala zusammengesetzt wurden. Wir regen an, das Mandala-Legen ohne Sprechen durchzuführen. Dafür soll jede/r achtsam darauf schauen, was der Mensch vor ihr/ihm auf das Tuch gelegt hat.

Währenddessen spielt meine Kollegin eine ruhige, meditative Melodie auf ihrer Leier. Die Atmosphäre ist ruhig und andächtig. Ein Gesamtwerk entsteht durch Mitwirken jedes einzelnen Menschen.



Abbildung 9 & 10: Das entstandene Pflanzen-Mandala

### Reflexion

Die Reflexion ist in der Integrativen Therapie die erste Ebene der **Tiefung**. Hier wird das Erlebte noch einmal verarbeitet und Erinnerungen kommen ins Bewusstsein.

Nach Vollendung des Pflanzen-Mandalas kann jeder Teilnehmer und Teilnehmerin sagen, was ihm oder ihr beim Betrachten des Mandalas spontan in den Sinn kommt. Dafür regen wir an, eine Art „Blitzlicht“-Runde zu machen, in der jede/r nur ein Wort oder einen Satz sagt. Dadurch soll das Erlebte verarbeitet bzw. gedeutet und somit **integriert** werden (**Integrationsphase** als Phase des therapeutischen Prozesses) sowie ein Austausch untereinander stattfinden.

Es fallen Wörter wie „Geschenke der Natur“, „Vielfalt“, „Sonnenform, Sonnenkraft“, „Farbenpracht“, „Herbstankunft“ sowie „Kraft“.

Ein betreuter Mitarbeiter vergleicht das Entstehen des Mandalas mit der Entstehung eines Gedichtes: Buchstäblich gibt es zuerst einmal nur ein weißes Stück Papier (in unserem Fall das weiße Leinentuch), das Stück für Stück mit Leben, Gefühlen, Formen und Wörtern gefüllt wird. Dadurch entstehe ein Kunstwerk.

#### 5.1.4 Fazit Mandala

Die Durchführung des Pflanzen-Mandalas zeigt, wie intensiv sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen durch eigenes schöpferisches Tun mit den Formen und Farben der Natur befassen und sich mit dem Thema „Herbst“ verbinden. Themen wie Vergänglichkeit, Rückzug des Lebens sowie die Vielgestaltigkeit der Natur werden dadurch erfassbar und verstehbar gemacht (hermeneutische Spirale: Wahrnehmen, Erfassen, Verstehen, Erklären) und können auf das eigene Leben übertragen werden.

Die gemeinsame Gestaltung eines Kunstwerks fördert zudem das Zugehörigkeitsgefühl zur Gruppe. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer gibt einen Teil dazu, gestaltet mit und am Ende entsteht ein Gesamtwerk, das die Kraft der Gemeinschaft widerspiegelt. Es wird möglich, die anderen zu sehen und selbst gesehen zu werden: „Die Persönlichkeitsentwicklung [...] vollzieht sich ganz wesentlich durch spontanen Ausdruck im schöpferischen Tun“ (Petzold 1986/2017, S. 223).

Die Durchführung des Mandalas beinhaltet zudem die wesentlichen **Modalitäten des therapeutischen Prozesses**:

Die **Motorik** und Bewegung werden durch das Sammeln der Naturmaterialien angeregt. Um beispielsweise an einen Zweig zu gelangen muss man mitunter unebenes Terrain betreten und den Körper strecken. Beim Schneiden muss darauf geachtet werden, die Rosenschere richtig anzusetzen und angemessene Kraft aufzuwenden. Die Auge-Hand-Koordination wird ebenfalls geschult.

Die **soziale Komponente** steht beim Zusammensetzen des Mandalas im Vordergrund. Man nimmt die anderen wahr, man wird gesehen, die anderen hören dem Sprechenden zu und gemeinsam gestaltet man ein Werk, das am Ende mit Stolz betrachtet werden kann. Gemeinschaftliche Potenziale und Ressourcen können erschlossen bzw. entwickelt werden.

Das schöpferische Tun als **erlebnisorientierte Modalität** fördert die Persönlichkeitsentwicklung. Kreativität, Fantasie und Achtsamkeit werden stimuliert.

Des Weiteren wird durch das Suchen und Sammeln geeigneter Materialien die **explorative** Neugierde gefördert, die Natur und ihre „Materialien“, die sie bereitstellt werden anders wahrgenommen, das bekannte Umfeld wird zu einem anderen, neuen Raum, den es zu entdecken gilt.

Darüber hinaus wirkt die Durchführung des Mandalas **aktivierend** bzw. **übungszentriert**. Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin ist dazu eingeladen, sich auszuprobieren und somit persönliche sowie gemeinschaftliche Ressourcen und Potenziale zu entdecken.

## 6. Fazit

In Zeiten einer fortschreitenden (Natur-)Entfremdung wird es wichtiger denn je, Räume für bewussten Naturkontakt und soziales Miteinander zu öffnen.

Gesundheit, Krankheit, Heilung und Kulturarbeit sind eng miteinander verbunden, sodass auch in der Therapie interdisziplinäre Korrespondenz dazu beitragen kann, den Menschen zu heilen.

In der heutigen Zeit haben die Künste die schwierige Aufgabe, „uns die Augen für die Reize moderner Landschaften zu öffnen“ (*de Botton* 2017, S. 144), aber sie können uns auch deren Zerstörung vor Augen führen. Denn „man muss das Gute, das Böse und das Hässliche an sich heran lassen, [...], um motiviert zu werden, in anderer, neuer Weise zu handeln und zu einer umfassenden Lebenspraxis zu kommen, in der das Grundmotto ist: Caring for nature and caring for people.“ (*Petzold* 2018).

Die Basis der menschlichen Erfahrung bilden unsere leiblichen Sinne, von *Petzold* auch „Wahrnehmungsfenster“ genannt (*Petzold* 1992m: S.3). Unser Leib nimmt wahr und wirkt gleichzeitig in seine Umwelt hinein (*ebd.*). Diese Verschränkung von Wahrnehmung und Handlung kann durch kreative Medien (wie z.B. das künstlerische Tun) in der Therapie erfahrbar und erfassbar gemacht werden: Die Schönheit eines Blattes oder einer Blüte wird wahrgenommen und kann durch künstlerischen Ausdruck dargestellt werden. Durch das schöpferische Tun, das Sich-Ausdrücken, kann somit einer neuer Zugang zur Natur und zu sich selbst (als Teil der Natur!) geschaffen werden.

Dies wiederum kann einen Impuls bilden, sich für die Erhaltung unserer Lebensgrundlage zu engagieren

## 7. Zusammenfassung „Künstlerische Methoden und Medien als Erweiterung der Integrativen Garten- und Landschaftstherapie“

Diese Arbeit zeigt auf, wie die Integrative Garten- und Landschaftstherapie durch Methoden und Medien der Kunsttherapie erweitert werden kann. Dies geschieht in Anlehnung an den Integrativen Ansatz nach Hilarion G. Petzold (sowie der Begriffe des interdisziplinären Arbeitens/Ko-Kreation/Ko-Kreativität). Einführend werden die Grundlagen der Integrativen Gartentherapie und Kunsttherapie erläutert. Darauf aufbauend wird ein Überblick der Schnittstellen von Kunst und Natur gegeben, wie sie z.B. in Land Art und ökologischer Ästhetik zu finden sind. Abschließend wird anhand eines praktischen Beispiels am Hof Dinkelberg gezeigt, wie künstlerische Methoden und Medien in der Gartentherapie genutzt werden können, um das Therapieangebot zu erweitern.

**Schlüsselwörter:** *Integrative Garten- und Landschaftstherapie*, Kunsttherapie, Natur und Kunst, Land Art, Schöpferisches Tun, ökologische Ästhetik

### Summary: “Artistic methods and media as an extension of Integrative garden and landscape therapy”

This text shows how integrative garden and landscape therapy can be expanded through methods and media of art therapy. This is based on the integrative approach according to Hilarion G. Petzold (and its interdisciplinary terminology e.g. co-creation / co-creativity). The basics of integrative garden therapy and art therapy are introduced. Building on this, an overview of the interfaces between art and nature is given. Examples can be found in land art and ecological aesthetics. Finally, a practical example at Hof Dinkelberg shows how artistic methods and media in garden therapy can be used to expand the range of therapeutic intervention.

**Keywords:** *Integrative garden and landscape therapy*, art therapy, nature and art, land art, creative activity, ecological aesthetics

## 8. Quellenverzeichnis

### 8.1 Literaturverzeichnis

- Bauer, N. & Martens, D., 2010: Die Bedeutung der Landschaft für die menschliche Gesundheit – Ergebnisse neuester Untersuchungen der WSL. Forum für Wissen 2010: 43-51.*
- Berting-Hüneke, C., Jung, S., Kellner, G., Neuberger, K., Neuhauser, F., Niepel, A., Putz, M., Schmidt, W., Scholz, S., Sieber, A., Strohmeier, G., Weiss, A., (2010): Neue Reihe Ergotherapie Allgemeine Themen – Gartentherapie. 252 S., Idstein: Schulz-Kirchner-Verlag*
- Braastad et al. (2007): zitiert auf der Website der SGGTA (Schweizerische Gesellschaft Gartentherapie und Gartenagogik) <https://www.gartentherapie.ch/index.php/gartentherapie/definition-und-fachbegriffe/fachbegriffe-a-z>*
- Brühlmann-Jecklin, E, Petzold, H.G. (2004): Die Konzepte ‚social network‘ und ‚social world‘ und ihre Bedeutung für Theorie und Praxis der Supervision im Integrativen Modell. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.fpi-publikationen.de/materialien.htm) - SUPER ISON: Theorie – Praxis – Forschung. Eine interdisziplinäre Internet-Zeitschrift - 5/2005 und in *Gestalt* 51(Schweiz) 37-49 und SUPER ISON: Theorie – Praxis – Forschung. Eine interdisziplinäre Internet-Zeitschrift - 5/2004; <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-supervision/download-05-2005-bruehlmann-jecklin-e-petzold-h-g.html>*
- Buber, Martin (1984).: Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Lambert Schneider 1984*
- Bund Naturschutz in Bayern (2008): Natur in der Kunst, Kunst in der Natur. Regensburg: Natur + Umwelt, Bund Naturschutz Magazin, Heft 04/2008*
- Deutsches Jugendherbergswerk e.V. (2014): Natur in der Kunst, Kunst in der Natur: Land Art. Frankfurt: 2014.*
- De Botton, A. & Armstrong, J. (2017): Wie Kunst Ihr Leben verändern kann. Suhrkamp Verlag Berlin 2017*
- Fachagentur Nachwachsender Rohstoffe e.V. (2013): Färberpflanzen – Anbau, Farbstoffgewinnung und Färbbeignung.*
- Föhn et al. (1993): Freiburger Thesen zur Umweltethik und Naturästhetik – Bausteine eines Forschungsprogramms, 1996.*
- Frohmann, E., Grote, V., Avian, A., Moser, M. (2010): Psychophysiologische Effekte atmosphärischer Qualitäten der Landschaft. *Schweiz Z Forstwes* 2010 (161): 97-103.*
- Günthler, A. & Lacher, K. (2011): Erlebniswerkstatt Landart, Neue Naturkunstwerke für Klein und Groß. München: AT Verlag, 2011*
- Haller (2006): zitiert auf der Website der SGGTA (Schweizerische Gesellschaft Gartentherapie und Gartenagogik) <https://www.gartentherapie.ch/index.php/gartentherapie/definition-und-fachbegriffe/fachbegriffe-a-z>*
- Horber, P. (2020).: Streuwerklandart „The art of which we are a part“: [http://www.patrick-horber.ch/Patrick\\_Horber/Landart.html](http://www.patrick-horber.ch/Patrick_Horber/Landart.html)*

- Kraft, C.B. & Rohwer, K.* (1993): Worte können nicht der Bilder Seele malen, Grundlagen zur Methodik und Praxis der Gestaltungstherapie/klinische Kunsttherapie. Stuttgart: Verlag Deutscher Arbeitskreis Gestaltungstherapie, 1993.
- Krämer, T.* (2011): Der sechste Sinn: <https://www.dasgehirn.info/wahrnehmen/fuehlen/der-sechste-sinn>
- Lailach, M. & Grosenick, U.* (2007): Land Art. Köln: Taschen Verlag, 2007
- Leitner, A.* (2010): Handbuch der Integrativen Therapie. Springer Verlag: Wien, New York.
- Lesch, W.* (1996): Naturbilder – Ökologische Kommunikation zwischen Ästhetik und Moral. Basel; Boston; Berlin: Birkhäuser Verlag (Themenhefte SPP Umwelt), 1996 .
- Lotter, K.* (2002): Traditionelle und ökologische Naturästhetik. In: *Widerspruch* Nr. 38 Ökologische Ästhetik.
- Louv, Richard* (2012): Das Prinzip Natur. Weinheim Basel: Beltz Verlag, 2012.
- LVR Klinikverbund* (2020): Kunsttherapie  
[https://klinikverbund.lvr.de/de/nav\\_main/frpatienten/therapieformen/kunsttherapie/kunsttherapie\\_1.html#:~:text=3.,Bewegung%20gesetzt%20und%20beeinflusst%2C%20z](https://klinikverbund.lvr.de/de/nav_main/frpatienten/therapieformen/kunsttherapie/kunsttherapie_1.html#:~:text=3.,Bewegung%20gesetzt%20und%20beeinflusst%2C%20z).
- Mees-Christeller, E.* (1988): Kunsttherapie in der Praxis. Stuttgart: Urachhaus Verlag, 1988.
- Münch, J.* (2016): Hugo Kükelhaus Gesellschaft e.V. <http://www.hugo-kuekelhaus.de/website/index.php/de/hugo-kuekelhaus>
- Neddo, N.* (2016): Malwerkstatt Natur – Farbe, Papier, Pigmente, Federn und Stifte aus Naturmaterialien selbst herstellen. Aarau/München: AT Verlag (2015).
- Neuberger, K.* (2011): Ansätze zu einer Integrativen Gartentherapie Vol. 37, 04/2011, Autoren-exemplar. [https://www.konrad-neuberger.de/deutsch/pdf/Integrative\\_Gartentherapie-2011-10-02-Bilder-col.pdf](https://www.konrad-neuberger.de/deutsch/pdf/Integrative_Gartentherapie-2011-10-02-Bilder-col.pdf)
- Niepel, A. & Emmrich, S.* (2005): Garten und Therapie – Wege zur Barrierefreiheit. 174 S., Stuttgart: Eugen Ulmer Verlag
- Orth, I. & Petzold, H.* (1993c): Zur „Anthropologie des schöpferischen Menschen“. FPI-Publikation, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen, 04/2015.
- Orth, I., Petzold, H.G.* (1995b): Gruppenprozeßanalyse - ein heuristisches Modell für Integrative Arbeit in und mit Gruppen. *Integrative Therapie* 2, 197-212. Auch in Textarchiv Petzold 1995, <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/orth-i-petzold-h-g-1995b-gruppenprozessanalyse-ein-heuristisches-modell.html> - und <https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=orth-petzold-1995b-gruppenprozessanalyse-heuristisches-modell-fuer-integrative-arbeit-in-mit-gruppen.pdf>
- Oswald, A. et al.* (2016): Psychiatrie und Gesellschaft – Im Wandel der Zeit 1900-2016. Basel: Schwabe Verlag, 2016
- Petzold, H.G.* (1984b): Psychodrama. Die ganze Welt ist eine Bühne. In: *Petzold* (1984a): Wege zum Menschen. Methoden und Persönlichkeiten moderner Psychotherapie. Ein Handbuch. 2 Bde., Paderborn: Junfermann, Bd. 1, 111-216.

- Petzold, H.G. (1987d/2017): Kunsttherapie und Arbeit mit kreativen Medien – Wege gegen die "multiple Entfremdung" in einer verdinglichenden Welt <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/06-2017-petzold-h-g-1987d-2017-kunsttherapie-kreative-medien-gegen-multiple-entfremdung/>
- Petzold, H.G., Müller, M. (2005/2007): Modalitäten der Relationalität – Affiliation, Reaktanz, Übertragung, Beziehung, Bindung – in einer „klinischen Sozialpsychologie“ für die Integrative Supervision und Therapie. Hückeswagen: Europäische Akademie und in: Petzold, H.G., Integrative Supervision, 2. Aufl. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. 2007a, 367-431. <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-petzold-h-g-mueller-m-2005-2007-modalitaeten-der-relationalitaet.html>
- Petzold, H. G. (1992m): Die heilende Kraft des Schöpferischen [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_petzold-1992m-die-heilende-kraft-des-schoepferischen.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_petzold-1992m-die-heilende-kraft-des-schoepferischen.pdf)
- Petzold, H. (1999q): Das Selbst als Künstler und Kunstwerk – rezeptive Kunsttherapie und die heilenden Kraft „ästhetischer Erfahrung“ Ein Interview . FPI-Publikation, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen, 06/2009. [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-selbst-als-knstler-kunstwerk-rezeptive-kunsttherapie-heilende\\_kraft-polyloge-09-2006.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-selbst-als-knstler-kunstwerk-rezeptive-kunsttherapie-heilende_kraft-polyloge-09-2006.pdf)
- Petzold, H. (2003a): Integrative Therapie: Modelle, Theorien und Methoden für die schulübergreifende Psychotherapie. Paderborn: Junfermann, überarb. und ergänzte Neuauflage von 1991a/1992a/1993a.
- Petzold, H. (2002j/2017): Der „informierte Leib“ - „embodied and embedded“ - Leibgedächtnis und performative Synchronisationen. Neueinstellung von 2002j/2017, EAG, Polyloge, Ausgabe 3/2017: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-2002j-2017-der-informierte-leib-embodied-and-embedded-leibgedaechtnis-polyloge-03-2017.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-2002j-2017-der-informierte-leib-embodied-and-embedded-leibgedaechtnis-polyloge-03-2017.pdf)
- Petzold (2012): Die heilende Kraft der Gärten. Wien: Krammer Verlag <https://www.eag-fpi.com/wp-content/uploads/2014/10/Gartentherapie-Einf%C3%BChrungstext-Prof.-H.G.-Petzold.pdf>
- Petzold, H.G. (2005ü): POLYLOGE II: die Dialogzentrierung in der Psychotherapie überschreiten – eine Sicht Integrativer Therapie und klinischer Philosophie. Hommage an Mikhail M. Bakhtin. (Updating von 2002c) . www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit*8/2006 - <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-08-2006-petzold-h-g-upd-von-2002c.html>
- Petzold, H. et al. (1992): Die heilende Kraft des Schöpferischen. FPI-Publikation, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen. [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_petzold-1992m-die-heilende-kraft-des-schoepferischen.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_petzold-1992m-die-heilende-kraft-des-schoepferischen.pdf)
- Petzold, H. (2018): Grußwort zur Tagung „Freude am Lebendigen“ am 12.10.2018 in Vielbach
- Petzold, H. G., Orth, I., Orth-Petzold, S. (2009): Integrative Leib- und Bewegungstherapie – ein humanökologischer Ansatz. Das „erweiterte biopsychosoziale Modell“ und seine erlebnisaktivierenden Praxismodalitäten: therapeutisches Laufen, Landschaftstherapie, Green Exercises. *Integrative Bewegungstherapie* 1, 4 – 48, <https://www.fpi-publikation.de/gruene-texte/27-2016-petzold-h-g-orth-i-orth-petzold-s-2009-integrative-leib-und-bewegungstherapie/>

- Petzold, H.G., Orth, I.* (1990a/2007): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie, 2 Bde., Junfermann, Paderborn. 3. Aufl. Bielefeld: Aisthesis 2007.
- Petzold, H.G., Brühlmann-Jecklin, E., Orth, I., Sieper, J.* (2008): „Methodenintegrativ“ und „multimodal“ – kokreative Strategien in den Konfluxprozessen der „Integrativen Therapie“. Zur Geschichte und Bedeutung der Begriffe. Bei: [www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für Psychosoziale Gesundheit* – 33/2008 – <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-33-2008-petzold-bruhlmann-jecklin-orth-sieper.html>
- Petzold, H. G., Orth-Petzold, S.* (2018): Naturentfremdung, bedrohte Ökologisation, Internetsucht – psychotherapeutische und ökopsychosomatische Perspektiven In: *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. S. 327-448. [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=grueneTexte\\_petzold-orth-petzold-2018a-naturentfremdung-bedrohte-oekologisation-internetsucht-gruene-texte-03-2019.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=grueneTexte_petzold-orth-petzold-2018a-naturentfremdung-bedrohte-oekologisation-internetsucht-gruene-texte-03-2019.pdf)
- Prigann, H. et al.* (2004): Ökologische Ästhetik – Theorie und Praxis künstlerischer Umweltgestaltung. Basel; Boston; Berlin: Birkhäuser Verlag, 2004.
- Pschyrembel* (2002): Klinisches Wörterbuch, 259. Auflage. 1842 S., Berlin: Walter de Gruyter Verlag
- Rickert, R.* (2009): Lehrbuch der Kunsttherapie. Ahlerstedt: Param Verlag, 2009.
- Schneiter-Ulmann, R., Beck, T., Föhn, M., Georg, J., Höchli, K., Hoffmann, R., Karn, S., Vefgeorg, G., Verra, M.* (2010): Lehrbuch Gartentherapie. 343 S., Bern: Verlag Hans Huber
- SGGT (Schweizerische Gesellschaft Gartentherapie): <http://www.gartentherapie.ch/index.php/gartentherapie/definition-und-fachbegriffe/definition-gartentherapie>
- *Sinapius, P.* (2010): Ästhetik therapeutischer Beziehungen – Therapie als ästhetische Praxis. Aachen: Shaker Verlag.
- Stölb, W.* (2013): Waldästhetik, der vergessene Wertehorizont. <http://www.natursoziologie.de/files/waldaesthetik-stoelb1373288803.pdf>
- Techniker Krankenkasse* (2011): Informationsblatt Depression – Wissenswertes für Patienten und Angehörige. 50 S.
- Wahrig et al.* (1966): Deutsches Wörterbuch. Gütersloh/München: Bertelsmann Verlag, 2000.
- Weltgesundheitsorganisation (WHO)* (2012): Gesundheit 2020 – Rahmenkonzept und Strategie, Regionalkomitee für Europa, 62. Tagung. 173 S.
- WHO* (2019): <http://www.euro.who.int/en/media-centre/sections/press-releases/2019/can-you-dance-your-way-to-better-health-and-well-being-for-the-first-time,-who-studies-the-link-between-arts-and-health>
- Wikipedia „Michael Heizer“ (2020): [https://de.wikipedia.org/wiki/Michael\\_Heizer](https://de.wikipedia.org/wiki/Michael_Heizer)
- Winkel, G.* (1995): Umwelt und Bildung Denk- und Praxisanregungen für eine ganzheitliche Natur- und Umwelterziehung. Seelze-Velber: Kallmeyer Verlag, 1995.

## 8.2 Abbildungsverzeichnis:

Abbildungen Titelblatt: <https://www.nickneddo.com/tools-materials/7x90kzjxyesb1mq197tk9e1oxes7pg>

Abbildung 1: Kunsttherapeutische Triade nach *Meli*, (*Oswald et al.* 2016, S.222)

Abbildung 2: Die hermeneutische Spirale (aus *Petzold* 1992a; S. 489)

Abbildung 3: Land Art (Spiral Jetty): <https://smarthistory.org/robert-smithson-spiral-jetty/>

Abbildung 4: Land Art: <https://www.ecowoman.de/freizeit/natur/landart-kunstobjekte-von-cornelia-konrads-1584>

Abbildung 5: Eigene Aufnahme

Abbildungen 6 und 7: Andy Goldsworthy:

[http://contemporarybasketry.blogspot.com/2012\\_10\\_01\\_archive.html](http://contemporarybasketry.blogspot.com/2012_10_01_archive.html) und

<https://www.pinterest.de/pin/82261130664068057/>

Abbildung 8: Kohlestäbchen: Nick Neddo: <https://www.nickneddo.com/tools-materials/gc64qgrslr17whgvgg3ko9ldnxopis>

Abbildungen 9 und 10: Eigene Aufnahmen