

INTEGRATIVE THERAPIE

ZEITSCHRIFT FÜR VERGLEICHENDE PSYCHOTHERAPIE UND METHODENINTEGRATION

GOING GREEN

Die heilende Kraft der Landschaft Integrative Naturtherapie

Gabriele Ramin, "Der Weg durch die Wüste ist kein Umweg!"

Susanne Heule, Warum Klara beim Alp-Öhi gesund wurde:
Die Heilkraft der Berge aus Sicht der Integrativen Therapie

Brigitte Leiser, Poetik der Walderfahrung - Quelle der Kraft,
der Heilung und der Schönheit

Hilarion G. Petzold, Beate Frank und Bettina Ellerbrock,
Going Green is Health Enrichment:
Die EAG-Gesundheitsakademie und ihre „grünen“ Weiter-
bildungen Green Power Training, Garten- und Landschafts-
therapie, Tiergestützte Therapie und Green Meditation

Hilarion G. Petzold, Die heilende Kraft der Landschaft.
Integrative Naturtherapie, Green Activity & Green
Meditation

Buchbesprechungen



Editorial

GOING GREEN. Die heilende Kraft der Landschaft.

Integrative Naturtherapie

Das vorliegende Heft befasst sich mit einem höchst aktuellen Thema, wie man Natur in der Therapie und Natur als Therapie einsetzen kann. Die Aktualität des Themas liegt auch in der zunehmend von Menschen wahrgenommenen **Entfremdung** von der Natur, der **denaturierten** Lebensweise der Menschen in der Spätmoderne, in den Megametropolen – neun dieser gigantischen Städte haben mehr als 20 000 Einwohner¹ – Tokio, die größte, 36 Millionen – aber auch in den zunehmend agrarindustriell bestimmten Landregionen (Gardner 2002, 2003). Die Situation verschärft sich mit der dramatisch wachsenden Weltbevölkerung. Endlose Städte breiten sich aus. Das Buch von *Ricky Burdett* und *Deyan Sudjic* (2008, vgl. auch *Scheppach* 2001) dokumentiert ein Szenario, dass so dringend konzertiertes Handeln erfordert, wie die sich anbahnende Klimakatastrophe. Die Zivilisationskrankheiten (*life style diseases*) überborden unter diesen Bedingungen, und zu ihnen zählen die geradezu explosionsartig ansteigenden *seelischen* Störungen und Erkrankungen: Depressionen, Angststörungen, Burn-out-Syndrome. Aber natürlich sind auch somatoforme und psychosomatische Störungen wie metabolisches Syndrom, Diabetes II, Herz-Kreislauf-Erkrankungen maßgeblich von Stress, Hyperstress, naturferner Lebensführung bestimmt. Die Psychotherapie hat sich mit diesen brennenden Themen der lebensweltlichen Verursachung dieser Störungen bislang nur marginal und nicht behandlungsmethodisch spezifisch befasst, obwohl deutlich ist, dass mit „talking cures“, wie sie für das psychoanalytische, tiefenpsychologische und weitgehend auch das humanistisch-psychologische Paradigma charakteristisch sind – ungeachtet der erlebnisaktivierenden Methoden des letzteren – kaum hinreichend wirksame therapeutische Ansätze vorhanden sind, die bei den vorliegenden Erkrankungen Hilfen bringen können. **Sporttherapeutische** Angebote (*Bonnemann et al.* 2006; *Hollman* 1995; *Waibel, Petzold* 2009) müssen hier dringend zu den verbal orientierten Ansätzen hinzukommen, und auch die Formen **psychophysischer Bewegungstherapie** (*Hölter et al.* 2011; *Waibel, Petzold et al.* 2009) werden zunehmend an Bedeutung gewinnen müssen, weil Interventionen, die unmittelbar auf der Leib- und Kontextebene ansetzen, unverzichtbar werden. Das hatte schon in der Mitte des 5. Jahrhunderts der Arzt und Sportlehrer *Herodicus*, ein Lehrer des *Hippokrates*, erkannt, der seinen Patienten Gehen, Laufen, Massage und Diäten verordnete und damit als Begründer der Sportmedizin und medizinischen Diätetik zu sehen ist (*Georgoulis et al.* 2006). Eine weitere Gruppe von leib- und kontextorientierten Methoden geht in ähnlicher Weise bis in die Antike zurück, nämlich die **natur-** bzw. **ökotherapeutischen Ansätze**, wie die gesundheitsfördernde Arbeit in Gärten und

¹ Vgl. die Bildergalerie der 30 größten Städte http://www.focus.de/wissen/wissenschaft/klima/metropolen_did_16600.html

Landwirtschaft, Vorläufer der modernen Gartentherapie (*Neuberger* 2011), und das Wandern, Spazieren in der Natur, und zwar nicht in arbeitstherapeutischer Ausrichtung, sondern mit dem Ziel, dass sich die Erkrankten und Belasteten in der Schönheit der Landschaft zu erholen und zu erquicken vermögen (*Petzold*, dieser Band). Die heilsame Qualität des Waldes (*Leeser*, dieser Band), der erhebende Einfluss der Berge (*Heule*, dieser Band), die große Stille der Wüste (*Ramin*, dieser Band), Landschaften, die die Seele zur Ruhe kommen lassen, bieten Möglichkeiten der Hilfe für Menschen, die unter der „**zivilisatorischen Denaturierung**“ krank geworden sind, Bedingungen, die dem nahekomen, was *Habermas* (1985) als „Kolonisierung der Lebenswelt“ bezeichnet hat. Sport-, bewegungs-, kreativ-, natur- und gartentherapeutische Methoden sind für die traditionellen psychotherapeutischen Verfahren eine durchaus wichtige Ergänzungsmöglichkeit, und man wird künftig über einen kombinierten Einsatz genauso nachdenken müssen und forschend-überprüfend vorzugehen haben, wie es bei der Kombination von Psychotherapie und Medikation geschehen ist. Heute sind diese Kombinationsbehandlungen von Psycho- und Pharmakotherapie auf dem Wege, Standard zu werden (in der Depressionstherapie ist es geradezu ein Kunstfehler, wenn eine medikamentöse Intervention übersehen wird, wo sie indiziert ist).

In der „Integrativen Therapie“ sind seit ihren Anfängen natur- und ökotherapeutische Methoden eingesetzt worden, insbesondere im Bereich der Drogen- und Suchttherapie (*Petzold*, dieser Band) und auch in der Geronto- und Kindertherapie. In der Landschaftstherapie haben wir von integrativer Seite durchaus Pionierarbeit geleistet. Inzwischen haben sich insbesondere im angelsächsischen und angloamerikanischen Raum zunehmend Initiativen entwickelt, die im Kontext der ökologischen Bewegung entstanden sind und naturtherapeutische Wege der Gesundheitsförderung und Therapie erarbeitet haben.

Wir haben seit Jahren bei unseren AusbildungskandidatInnen an der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit“, Hückeswagen, natur-, landschafts- und gartentherapeutische Initiativen unterstützt, so dass der vorliegende und der kommende Band der IT diese Aktivitäten durch die hier publizierten Arbeiten dokumentieren kann. Wir konnten auch in diesem Bereich Aus- bzw. Weiterbildungsgänge entwickeln (*Petzold, Frank, Ellerbrock*, dieser Band), die – curricular organisiert – diese wertvollen Methoden weitergeben und verbreiten. Die Green Care, Green Health, Green Exercise Aktivitäten beginnen im europäischen Raum „aufzublühen“. Wir hoffen, dass sie gedeihen und einen kleinen Beitrag dazu leisten können, der progredierenden Naturentfremdung eine neue, vertiefte Hinwendung zur Natur entgegenzusetzen, zusammen mit all den Initiativen weltweit, die das „**GOING GREEN**“ zu ihrem Anliegen machen².

Hilarion G. Petzold

² Die Literatur zum Editorial findet sich in meinem Beitrag, „Die heilende Kraft“.