



Gartenarbeit als Therapie

Der Therapiegarten am Klinikum Schärding wirkt sich auf Körper, Geist und soziales Verhalten aus.

SCHÄRDING. 2014 errichtete das Klinikum Schärding, unter anderem mit der Hilfe der Landwirtschaftlichen Berufsschule Otterbach, einen Therapiegarten. Die kleine Gartenanlage besteht aus zwei Hochbeeten, Kräuterpyramiden und Nasch-Sträuchern. Sie wird vielseitig genutzt: Vom Durchatmen und Entspannen bis hin zur Gartentherapie beim Bepflanzen und Befüllen der Hochbeete ist alles dabei. Auch einige Mitarbeitende verbringen hier im Sommer gerne ihre Pausen. Die Gartentherapie ist eine gängige Therapieform. Verschiedene Abteilungen wie etwa die psychiatrische

Tagesbehandlung oder das Department Akutgeriatrie und Remobilisation nutzen den Garten regelmäßig. Der therapeutische Nutzen liegt in der psychischen und körperlichen, als auch in der sozialen Ebene. Die Ergotherapeutinnen Andrea Himsl, Karina Pflanzl und Susanne Kaiser betreuen zusammen mit den Patient:innen die Gartenanlage.

Achtsamkeit und Geduld

Im Frühling werden die Hochbeete, Kräuterpyramiden und Nasch-Sträucher aktiviert, damit mit dem „Garteln“ gestartet werden kann. Den ganzen Sommer über bis in den Herbst können Patient:innen der psychiatrischen Tagesbehandlung pflanzen, pflegen und ernten: Die Ausbeute sind Gemüse und Kräuter, die dann entweder in der Kochgruppe oder der Interaktionsgruppe weiterverar-



Das Team aus Ergotherapeutinnen setzte auf Natur.

Foto: OÖG

beitet werden. Heuer soll mit der Nützlingsweide neben den Hochbeeten zusätzlich Farbe in den Genuss-Garten einziehen. „Man bemerkt, dass über den Kontakt zur Natur und zu den Pflanzen leichter Gespräche entstehen, die für weitere Anknüpfungspunkte in der Gruppe sowie zwischen Patient

und Therapeut sorgen“, erzählt Ergotherapeutin Andrea Himsl. Gartentherapie spiegelt den Kreislauf des Lebens wider.

„Man bemerkt, dass über den Kontakt zur Natur und zu den Pflanzen leichter Gespräche entstehen.“

ANDREA HIMSL,
ERGOTHERAPEUTIN

Die Arbeit mit Pflanzen bedarf besonderer Achtsamkeit und Geduld. Sie stärkt Fähigkeiten und schafft dadurch neue Ressourcen. Richtiges Handeln zum richtigen Zeitpunkt spielt ebenfalls eine große Rolle. „Die Gartentherapie beinhaltet in gewisser Weise auch ein Alltagsstraining. Die verschiedenen Aufgaben werden aufgeteilt – vom Einkaufen bis hin zum täglichen Wässern“, schildert Andrea Himsl.