

# Wo man neben Früchten auch Selbstbewusstsein erntet

Gärtnern hat Therapie-Charakter: Fachleute sind von der heilenden Wirkung von grüner Sozialarbeit in der Landwirtschaft überzeugt

VON JOHANNA SÄUBERLICH

Mit beiden Beinen fest auf dem Erdboden stehen, spüren, wie die Regentropfen im Gesicht tanzen, der Pflanze beim Wachsen zuschauen und sich dabei an die eigene Entwicklung erinnern fühlen: Wer gärt, mit den Zyklen der Natur geht, Anfang und Ende miterlebt, erfährt viel über sich selbst. Etliche Einrichtungen in der Region, vom Ziegenbauern bis zur Drogenhilfe, wissen um die heilende Wirkung „grüner“ Arbeit.

ERLANGEN — Beim Gärtnern findet Martin Müller zurück zu seiner Kraft. Im Parka und grüner Arbeits-hose steht der 31-Jährige auf dem Gartenweg, die Hände schmutzig von der

## DIE NACHHALTIGE REGION

Arbeit, den Kopf gesenkt, seine Wörter wählt er mit Bedacht. Martin Müller leidet seit seiner Jugend an Schizophrenie. Eine Ausbildung war ihm nicht möglich, und dennoch hat er jetzt eine Aufgabe, die ihn erfüllt: Arbeit im Grünen.

Holz spalten, Laub rechen und Hecken schneiden — endlich zählt, was der schlanke, jugenhafte Mann kann. Und nicht, was ihm immer wieder an psychischen Defiziten attestiert wurde. Im Garten atmet er frische Luft, neue Gedanken. Schachteln falten, die monotone Arbeit in der Werkstatt, ist für ihn Vergangenheit. „Hier fühle ich mich gut“, sagt er mit dem Gesicht zur Sonne gewandt. „Ich bin froh, dass ich etwas leisten kann.“

Seit einem Jahr hilft Martin Müller auf einem kleinen landwirtschaftli-

chen Hof mit, bei der WAB im Erlanger Ortsteil Kosbach, einer Einrichtung für psychisch Kranke. Menschen mit Psychosen, Depressionen, Panik-Attacken oder Wahnvorstellungen haben hier für sich einen sicheren Ort gefunden. Die soziale Einrichtung bietet ihnen — die vor ihrer Erkrankung als Rechtsanwalt, Maler oder Altenheimchef tätig waren — neben Betreuung und Wohnen vor allem eines: Arbeit im Garten und auf dem Acker, zudem grüne Jobs außerhalb.

Ob der Einzelne nun ein ganzes Feld umgraben kann oder nur eine Schubkarre am Tag schiebt, spielt keine Rolle. „Ums Malochen geht's hier nicht“, betont Agraringenieur Christoph Reichert, Leiter des grünen Bereichs bei der WAB. Im Mittelpunkt stehe der Mensch, seine Rehabilitation und Integration. Ganz praktisch: Wer mit anderen einen Kartoffelsack schleppt, kommt wieder in Kontakt mit seiner Umwelt und sich selbst. Wind und Regen auf der Haut zu spüren, hilft Menschen mit Wahrnehmungsstörungen, sich zu fühlen. Und wer sieht, wie die ausgebrachte Saat aufgeht, erntet am Ende neben Früchten auch Selbstbewusstsein.

Im Rhythmus der Jahreszeiten

Gärtnern hat etwas Therapeutisches: „In den Menschen wird durch die Arbeit in und mit der Natur etwas sehr Tiefes angesprochen“, sagt Sebastian Röhm, Gärtner der Dorfgemeinschaft „Hausenhof“ im Steigerwald. 120 Menschen, gesund, geistig behindert und psychisch krank, leben und arbeiten in der anthroposophisch orientierten Dorfgemeinschaft zusammen, viele davon in der Gärtnerei und Landwirtschaft. Oft passiert dort etwas Heilsames ganz ohne großes



Hautnaher Kontakt mit der Natur: Der Umgang mit Tieren kann Menschen mit psychischen Problemen Halt und Sicherheit vermitteln.

Foto: Bente Berget

Aufsehen, allein durch die Betrachtung der Natur, sagt Röhm. Der Rhythmus der Jahreszeiten vermittele Menschen ohne Urvertrauen Sicherheit. Genauso wie Sonnenaufgang und -untergang ganz nebenbei Halt vermitteln.

Die Natur spiegele dem Menschen sogar, wo er im Leben steht, meint Röhm. Zarte Pflanzen verlangen beispielsweise Schutz und Achtsamkeit

— so wie Kinder. Und wer den ganzen Tag Setzlinge umpflügt, fragt sich vielleicht irgendwann: wie viel Raum gebe ich eigentlich mir? Auch Anfang und Ende des eigenen Lebens wird greifbar, wenn die Erde durch die Hände rieselt.

Grüne Sozialarbeit, wie sie bereits vielerorts in der Region praktiziert wird, macht sich diese Wirkung zunutze: „Unsere Mitarbeiter fallen

weniger in Krisen, manchmal gesunden sie sogar, zumindest sind sie psychisch stabiler“, sagt Reichert. „Wir sind weder Streichelzoo noch Spielwiese.“

„Die Natur hat unmittelbar etwas mit unserer Existenz zu tun“, meint Alfons Limbrunner von der Evangelischen Fachhochschule Nürnberg. Er ist Partner im Petrarca-Forschungsprojekt „Soziale Landwirtschaft auf Biohöfen in Deutschland“ und bringt derzeit sämtliche grüne Einrichtungen in Nordbayern an einen Tisch.

Mit Herzblut

Geht es nach dem Netzwerker und social farming-Experten, sollen es noch weit mehr werden: Landwirte zum Beispiel, die soziale Arbeit auf ihrem Hof etablieren wollen, berät Limbrunner mit Herzblut.

Gärtner Sebastian Röhm ist sich sicher:

„Arbeit in der Natur wird eine immer größere Rolle spielen. Menschen, die es in der Welt nicht aushalten, werden sie noch bewusster ergreifen.“ Denn die Natur biete etwas, was die wenigsten Menschen können, sagt Röhm: „Die Pflanze guckt sich nicht erst den Menschen an, sie ist bedingungslos.“

@ Weitere Informationen: [www.soziale-landwirtschaft.de](http://www.soziale-landwirtschaft.de)