

## Gemeinsam Gärtnern

# Die therapeutische Kraft der Natur

Hier berichtet Jana Morche, die seit Februar 2014 in der Elbschloss Residenz Klein Flottbek tätig ist. Neben ihren Aufgaben in der Betreuung möchte sie als studierte Landwirtschaftsarchitektin ihre gartentherapeutische Ausbildung und Erfahrungen in ihre Arbeit einfließen lassen.



~ In Gesprächen mit den Bewohnern merkte ich bereits die fragenden Blicke, wenn ich von Gartentherapie sprach. Was ist das? Bei der Therapieform handelt es sich um einen gesteuerten Prozess: Das Arbeiten in und mit der Natur hilft, das soziale, psychische und physische Wohlfinden positiv zu beeinflussen.

Ich habe erlebt und erfahren, wie Bäume, Blumen und andere Pflanzen ein vertrautes Gefühl bei Menschen auslösten und für emotionale Sicherheit sorgten. Farben, Formen und Düfte der Pflanzen fördern biografisches Erinnern und reizen Sinne. Dies wissend möchte ich mit Unterstützung des Betreuungsteams das bereits bestehende Angebot um ein gartentherapeutisches Konzept für die Elbschloss Residenz Klein Flottbek erweitern. Dazu gehören zum Beispiel die Revitalisierung des Sinnesgartens, die Begrünung der Terrasse auf der 2. Etage und verschiedene gartentherapeutische Angebote, auch sozusagen „aus dem Blumentopf“.

Das geht nicht von heute auf morgen. Aber über Pflanzen und Garten ins Gespräch zu kommen, das geht schon heute und ich freue mich sehr auf den Austausch mit den Bewohnern.

### Die Pfefferminze der Nachbarin...

Einmal, als ich die Kräutertöpfe goss, schaute mir eine an Demenz erkrankte Frau dabei zu. Sie war schon den ganzen Morgen sehr schlecht gelaunt. „Was machen Sie da?“, fragte sie. „Ich gieße“, sagte ich. Ich nahm das Blatt einer Pfefferminze und reichte es ihr. „Riechen Sie mal.“ „Ja, das kenne ich. Aber wie heißt es nur?“ Als ich ihr den Namen des Krauts nannte, hellte sich ihr Gesicht auf. „Pfefferminztee!“, rief sie, und ich konnte sehen, dass in ihr etwas aufbrach. „Sie kennen Pfefferminztee, nicht wahr?“, fragte ich. „Ja, natürlich“, antwortete sie bestimmt.

Die Dame war wie ausgewechselt. Ohne Verwirrung erzählte sie: „Wir hatten in meiner Heimat eine Nachbarin. Die hatte eine Ecke ihres Gartens voll mit Pfefferminze. Es wucherte sogar zu uns rüber. Meine Mutter war darüber immer verärgert. Aber die alte Nachbarin machte davon Tee. Sie sagte oft, dass sie nur so alt geworden wäre wegen dem Tee.“ „Haben Sie Lust auf eine Tasse Pfefferminztee?“, fragte ich sie. „Ja“, war ihre Antwort. Wir gingen in die Küche und ich bat sie, einige Blätter abzupfen und in die Tasse zu tun, die ich ihr hinstellte. Das Wasser kochte inzwischen, ich goss die Blätter auf und stellte Zucker bereit. Als die Dame den Tee trank, sagte sie: „Frau Metschulat. Die Nachbarin hieß Frau Metschulat. Sie war sehr nett und hat mir auch immer Tee gegeben.“