



Sylvia Walter\* und Alina Härtling

# Heilung in und aus der Natur

**RIEDSTADT.** Die Natur kann Gesundheit und Heilung fördern. Diese Erkenntnis machen sich Gökhan Kapcak und sein Team zu nutze. Sie bieten die Gartentherapie in Riedstadt als eine besondere Form der Ergotherapie an – sowohl für Patientinnen und Patienten des Vitos Philippphospitals als auch für Bewohnerinnen und Bewohner in Einrichtungen der begleitenden psychiatrischen Dienste. Ein innovatives Konzept.



Jana Deniz\*

Sylvia Walter\* befühlt die weichen Blätter des australischen Zitronenblatts. Gemeinsam mit Ergotherapeutin Alina Härtling schaut sie bewundernd auf die samtige Oberfläche, fährt vorsichtig darüber. Nach Riedstadt in die Gartentherapie kommt Silvia Walter seit Herbst 2021. Immer Montag bis Donnerstag, von 9.30 bis 15.30 Uhr. Am liebsten wässert sie die Pflanzen, im Freien und im Gewächshaus. „An der frischen Luft geht es mir aber immer besser als drin“, sagt die 61-Jährige. Pflanzen umtopfen, Unkraut jäten oder in der kalten Jahreszeit in der Naturwerkstatt basteln – in der Gartentherapie findet sie Tätigkeiten, die ihr gut tun und Freude bereiten. Manchmal nimmt sie ein Gesteck mit für ihr Zimmer in Mörfelden.

Ein Neuling ist Jana Deniz\*. Seit Anfang November kommt sie zur Arbeitstherapie. Genau wie Sylvia Walter lebt sie im Wohnverbund Mörfelden-Walldorf. Rund eine Stunde mit Bus und Bahn dauert die Fahrt nach Riedstadt. Trotzdem ist sie gern schon um 9 Uhr vor Ort. „Pünktlichkeit ist mir wichtig“,

erklärt sie. „Außerdem ist es viel zu langweilig, nur in meinem Zimmer zu sitzen.“ Die 37-Jährige liebt es, in der Natur zu arbeiten und sich an der der frischen Luft zu bewegen. Da kann sie ihren Gedanken freien Lauf lassen und sich gut von Sorgen oder Ängsten ablenken.

#### ERPROBUNG IM GEWÄCHSHAUS

Die junge Frau lernt gern dazu. Etwa zusammen mit Ergotherapeutin Lisa Wirthl, wie sie die Zierpflanzen im Gewächshaus pflegt. Oder warum man Verblühtes an Topfpflanzen ausputzt. Jana Deniz sieht die Zeit in der Gartentherapie als eine Erprobung, ob und wie eine Arbeit für sie zukünftig möglich ist. „Ich bin ausgebildete Sozialassistentin. Aufgrund meiner chronischen psychischen Erkrankung ist mir die Verantwortung in diesem Beruf aber einfach zu viel“, erklärt sie. „Mein Ziel ist es, wieder in eine eigene Wohnung zu ziehen und in einem Beruf zu arbeiten, der mir gefällt und von dem ich leben kann.“

\*Name geändert

Gökhan Kapcak kam 2005 in die alte Gärtnerei des Vitos Philipphospitals Riedstadt, einer Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Seine Aufgabe: Anbau und Pflege von Pflanzen. Später in Begleitung von Ergotherapeutinnen auch mit Patienten. „So habe ich entdeckt, dass es mir viel Freude macht, mit Menschen zu arbeiten. Ich bin gerne Gärtner, aber die therapeutische Mitarbeit mag ich auch sehr“, erzählt Gökhan Kapcak. Sich stetig weiterzubilden, ist ihm wichtig. Erst machte er seinen Gärtnermeister, später absolvierte er eine

Zusatzausbildung zur Fachkraft zu Berufs- und Arbeitsförderung von Menschen mit Behinderung. „Da hatte ich dann eine erste Qualifikation, um mit Menschen mit psychischen Störungen zu arbeiten und offiziell Gruppen zu gestalten.“

### PROFESSIONELLER ANSATZ

Mit seinen damaligen Kolleginnen, einer Floristin und einer Ergotherapeutin, arbeitete er zudem daran, die Gartentherapie auszuweiten und professioneller zu gestalten. Nicht nur als arbeitstherapeutische Maßnahme. „Wie lässt sich die Natur in Szene setzen, um weitere therapeutische Ziele zu verfolgen, das war unser Bestreben“, erinnert er sich der 48-Jährige. Auch räumlich veränderte sich das Team: Sie wurden ins Ergotherapeutische Zentrum eingegliedert und erhielten das Außengelände hinter dem Zentrum. Über die Unterstützung, die Gökhan Kapcak seitens des Teams, dem Ergotherapeutischen Zentrum und der Geschäftsführung von Vitos Südhessen erfahren hat, ist er voll des Lobes. „Ich konnte an vielen internen Schulungen teilnehmen, die auch für die professionelle Entwicklung der Gartentherapie relevant waren. Außerdem bekam ich die Chance, mich berufsbegleitend zum Akademischen Experten für Gartentherapie in Wien ausbilden zu lassen“, freut sich Kapcak. „Und während meines Studiums konnte ich sehen, dass wir in Riedstadt schon viel erreicht und eine therapeutische Maßnahme auf hohem Niveau geschaffen haben.“

Seit Sommer 2022 verstärkt Lisa Wirthl das Team, seit Herbst zudem Alina Härtling. Für den Gartentherapeuten sind die beiden Ergotherapeutinnen die Zukunft: „Wenn wir die Gartentherapie weiterhin auf einem hohen Niveau betreiben wollen, ist es wichtig, dass wir junge Menschen ausbilden und begeistern. Dafür versuchen wir, gärtnerisches und therapeutisches Wissen auf dem neuesten Stand anzubieten.“

Neben der Gartentherapie arbeiten die beiden zudem in anderen ergotherapeutischen Bereichen und auf den Stationen im Vitos Philipphospital Riedstadt. „Hinter dem Ergotherapeutischen Zentrum steckt ein großes Team. Bei



Adel Senhaji



ENGAGIERTES TEAM (v.l.): Alina Härtling, Gökhan Kapcak und Lisa Wirthl

uns arbeiten Ergo- und Musiktherapeuten, es gehören die Bewegungs-, die Arbeits- und die Gartentherapie dazu“, erklärt Leiterin Ute Krapf. „Die Gartentherapie ist ein wertvolles Angebot. Im Rahmen der Arbeitstherapie arbeitet Herr Kapcak mit den Klientinnen und Klienten des Wohnverbunds Mörfelden-Walldorf. Und die neuen Kolleginnen bieten für die erwachsenen Patientinnen und Patienten des Vitos Philipppshospitals Ergotherapie im weitläufigen Garten an. Sie arbeiten, wenn es das Wetter erlaubt, an der Luft und beziehen immer die Natur mit ein.“

Für jeden Erkrankten findet sich eine Tätigkeit: Es gibt Aufgaben, bei denen Kraft eingesetzt werden muss, wie beim Umgraben oder beim Laubrechen. Oder kreative Aufgaben, wie Werkstücke aus Naturmaterial zu fertigen. Zudem erleben die Patientinnen und Patienten, wie Gemüse, Kräuter und Blumen angebaut, gepflegt und geerntet werden. „Es finden sich auch immer Aufgaben für motorisch unruhige Menschen. Außerdem werden sie mit den Wetterverhältnissen konfrontiert. Auch wenn es kalt oder nass ist, lässt es sich draußen arbeiten. Das gehört einfach zum Leben dazu“, beschreibt Ute Krapf.

#### **DIE ARBEIT STRUKTURIERT DEN TAG**

Auch Adel Senhaji arbeitet gerne an der frischen Luft. Seit ein paar Wochen kommt er zweimal die Woche nach Riedstadt. Er jätet Unkraut, schneidet Bäume oder recht Laub. Bei schlechtem Wetter hält er sich aber lieber drinnen auf. Ein besonderes Highlight war für ihn, ein Adventsgesteck anzufertigen. „Meinen Mitbewohnern hat mein Gesteck sehr gut gefallen“. Die Anerkennung von anderen freut die Klienten sehr. Khaled Al-Kuzbari hat von seinem Gesteck ein Foto an seine Eltern geschickt. „Sie fanden es cool“, strahlt der junge Mann. Seit sechs Wochen besucht er die Gartentherapie. „Die Arbeit strukturiert meinen Tag. Mir wird es nicht so langweilig und ich schlafe viel besser.“ Er mag es, gemeinsam im Garten zu arbeiten und mit dem Geernteten zu kochen. „Ich konnte schon mal Tomaten mit nach Hause nehmen. Davon habe ich mir einen Tomaten-Zwiebel-Salat gemacht. Das war lecker. Aber die Chilischoten aus unserem Garten sind sogar mir als Chili-Liebhaber fast zu scharf“, schmunzelt der 32-Jährige.

Aus dem Wohnverbund Mörfelden-Walldorf besuchen mittlerweile acht Personen die Gartentherapie. „Die Zusammenarbeit mit Herrn Kapcak funktioniert prima. Dem Tag eine Struktur zu geben, gelingt hier sehr gut. Für viele unserer Bewohner ist es schwierig, in eine Tagesroutine zu kommen. Antriebslosigkeit ist bei solchen Krankheitsbildern ein großes Thema“, erklärt Leiter Andreas Schneider. „Im Garten zu arbeiten, ist etwas, das psychisch Kranken gut hilft. Ähnlich wie mit Tieren zu arbeiten. Man hat eine Verantwortung. Der innere Antrieb, morgens aus dem Bett zu steigen und zur Arbeit zu gehen, ist deutlich größer. Denn wenn ich die Tomaten gepflanzt und gegossen habe, dann möchte ich natürlich etwas ernten und davon essen.“

### UM DEN GESUNDEN ANTEIL KÜMMERN

Für die Patientinnen und Patienten aus den stationären, ambulanten oder tagesklinischen Bereichen findet die Gartentherapie hauptsächlich im Rahmen der arbeitstherapeutischen Maßnahmen statt. „Ein Mensch, der in Akut-Behandlung ist, benötigt eine andere Intensität oder Form von Gartentherapie. Zwar ähneln sich die Tätigkeiten, die Zielsetzung

und der Weg sind aber anders“, beschreibt Gökhan Kapcak. Die Teilnahme an der Gartentherapie verordnen die ärztlichen und psychologischen Fachkräfte. „Die therapeutischen Ziele vereinbaren wir dann gemeinsam – mit den Klienten und den Behandlern. Die medikamentöse oder psychotherapeutische Behandlung kümmert sich in erster Linie um den erkrankten Anteil des Menschen. Unser Anspruch ist es, uns um den gesunden Anteil zu kümmern. Daraus resultieren unsere Ziele.“

Den Therapiegarten nutzen mittlerweile auch andere Kolleginnen und Kollegen, etwa für Achtsamkeitsübungen in der Natur. Und mit dem Skill-Garten wurde ein Bereich für gezielte Übungen von Patientinnen und Patienten mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung geschaffen. Dieser spezielle Bereich steht dem Fachpersonal der Dialektisch-Behavioralen Therapie zur Verfügung.

Für die Zukunft wünscht sich der Gartentherapeut eine Ausweitung des Angebots. „Es könnten noch viel mehr Bereiche und Standorte profitieren. Außerdem kann ich mir eine stationäre Gartentherapie gut vorstellen.“

● Martina Schüttler-Hansper



Kahled Al-Kuzbari