

## 3 Kinder als KlientInnen

Wer sind die noch jungen Menschen, die im Dschungel des Lebens eine Orientierungshilfe benötigen? Die Kinder, die zu mir kommen, haben aus ganz unterschiedlichen Gründen Probleme, die man zusammengefasst den Bereichen Verhalten und Lernen zuordnen kann. Manche von ihnen haben nacheinander oder gleichzeitig mehrere Diagnose-Etiketten aufgeklebt bekommen, ohne dass sich dadurch ihre Situation verbessert hätte. Meist ist die Diagnose allerdings letztendlich unklar und es gibt nur Vermutungen über die Ursachen der auftretenden Problematik. Nicht selten haben meine KlientInnen mindestens einen gescheiterten Therapieversuch hinter sich und die Lage ist noch verzweifelter als vorher, da die Kinder nach dieser negativen und schmerzhaften Erfahrung häufig einer Kooperation mit TherapeutenInnen äußerst skeptisch gegenüberstehen oder sie sogar ganz verweigern. Ich verwende für die Zuschreibungen, mit denen sich meine KlientInnen auseinandersetzen müssen, den Begriff „Beschwerdebilder“. Denn wenn sich die Eltern auf der Suche nach Hilfe für ihr Kind an mich wenden, ist in der Familie schon lange niemand mehr leichtfüßig über eine blühende Wiese gesprungen und gerannt. Ganz im Gegenteil, alle sind ganz niedergedrückt von den ständig wie Hagelkörner auf sie einprasselnden Beschwerden über das Verhalten des Kindes. Das hoffnungsvolle, zarte Grün liegt unter dem Gewitterhimmel platt auf die Erde gedrückt. Erschwerend kommt hinzu, dass die Forderungen und Erwartungen, die an das Kind gestellt werden, nicht nur zum Beispiel den kulturellen Prägungen des Zeitgeistes folgen, sondern ebenfalls vom Standpunkt der jeweils Beurteilenden abhängen. So wie während der Epoche streng geometrischer Barockgärten englische Landschaftsgärten undenkbar waren, nimmt die eine Lehrkraft unerträgliche Besserwisserie wahr, die den Unterrichtsablauf stört, während die andere Lehrkraft eine noch nicht entdeckte Hochbegabung zu Tage fördert. All diese Fremdurteile können zudem wiederum empfindlich mit den Beobachtungen der Eltern kollidieren. So kann ziemlich zügig ein verfilztes Knäuel unterschiedlicher Einschätzungen entstehen, das nur schwer zu entwirren ist. Und in der Mitte sitzt ein Kind, das nicht mehr ein und aus weiß. Auch wenn das unerwünschte Verhalten das Nervenkostüm der Eltern noch so sehr schreddert und bei den ErzieherInnen und LehrerInnen das (vor-)letzte Quäntchen Wohlwollen zertrampelt, müssen die Erwachsenen innerlich einen Schritt zurücktreten und sich vor Augen halten, dass dieses Verhalten für das Kind im Moment die einzige Handlungsmöglichkeit ist. Es will uns nicht ärgern oder bloßstellen, es kann gerade schlicht und einfach nicht anders. Die vielen Nackenschläge, die sie in ihrem jungen Leben bereits erlitten haben, sieht man meinen KlientInnen meist auch an. Mit schlaffer Haltung, oder im Gegenteil ständig innerlich auf dem Sprung, schleppen sie sich mit gesenktem, vermeidendem Blick dem nächsten Unvermeidlichen entgegen. Jeglichem Hoffnungsschimmer stehen sie mit größter Skepsis gegenüber.

Es gibt viele Gründe, weshalb Familien mit ihrem Schiffchen in wilde Strudel geraten und vom Wellengang fast umgeworfen werden. Sie brauchen den Zuspruch externer Lotsen, um wieder in ruhige Fahrwasser zu gelangen. Wenn die Eltern zu der Einsicht gelangt sind, dass sie Unterstützung brauchen, um eine aus den Fugen geratene Lebenssituation zu bewältigen, haben meine kleinen KlientInnen leider mitunter bereits resigniert. Sie haben aufgehört zu ergründen, was Eltern, ErzieherInnen oder LehrerInnen eigentlich von ihnen wollen. Sie fühlen sich nur noch als das kleine Rädchen im großen Ablauf, das ständig klemmt und dadurch Beklemmung verursacht. Sie empfinden sich als das überflüssige Unkraut am Wegesrand, auf das immer wieder getreten wird und das unter widrigen Bedingungen irgendwie durchhält.

Gerade Kinder, die eine längere Erfahrungsgeschichte im Bereich Beschwerden haben, sind es zudem gewohnt, dass Erwachsene wortreich an ihre Einsicht appellieren. Sie reagieren darauf, indem sie diese Redeschwalle mittels Lotuseffekt an sich abperlen lassen. Sie können der erwachsenen Sprachgewalt ohnehin nichts auf Augenhöhe entgegensetzen.

Die meisten meiner KlientInnen haben nach schwierigen Zeiten mit vielen Kämpfen, Niederlagen und Verletzungen gelernt, dass die „Mir egal!“-Position wirksamer



Schutz und Waffe zugleich sein kann. Wie also herausfinden aus diesem überwucherten Graben mit seinem verdichteten, harten Boden der Nöte, Ängste und auch des Zorns? Wer den Horizont nicht sieht, kann keine neuen Perspektiven entwickeln und deshalb ist eine Strategie gefragt, die zu einem freien Blickfeld führt. Wenn die Kinder zu mir kommen, lautet eine der ersten und wichtigsten Regeln: „Mir egal!“ gibt es nicht. So wie es für eine Pflanze nicht einerlei ist, ob sie gedüngt wird oder nicht, ist es selbstverständlich für meine KlientInnen erst recht nicht gleichgültig, ob sie bekommen, was sie brauchen. Aber im Unterschied zur Pflanze können sie lernen, für sich selbst zu sorgen. Tatsächlich ist das allerdings für viele meiner KlientInnen eine (zu) selten gemachte Erfahrung. Wir machen uns deshalb gemeinsam ans Werk und suchen aus dem Gestrüpp im Graben die stabilsten Äste und die festesten Ranken heraus und bauen uns daraus eine Leiter, auf der wir besonnen aus dem Graben herausklettern. So, wie wir im vermeintlichen Grünabfall durch akribische Suche alle Materialien für unsere Aufstiegshilfe gefunden haben, suchen wir im allgemeinen emotionalen Chaos nach Verhaltensweisen des Kindes, die sich in einem neuen Kontext als stabilisierende Faktoren erweisen können. Ein sperriger Ast, über den man mehrfach gestolpert ist, kann sich hervorragend als trittsichere Leiterstufe eignen. Eine wirre Ranke, in die man sich bis zum Sturz verheddert hat, kann flexibel und stark genug sein, um die Einzelteile der Leiter miteinander zu verbinden. In diesem Zusammenhang ist die Therapieeinheit „Traumfänger“ für die KlientInnen ein Augenöffner. Wir winden aus jungen Haselnusstrieben einen kleinen Kranz und die Kinder nennen den Vorwurf oder die Vorwürfe (maximal drei), mit denen sie am häufigsten konfrontiert werden. Gemeinsam analysieren wir das ihnen zugrunde liegende Verhalten und sortieren wie bei einer Samenmischung die einzelnen Bestandteile auseinander. Welche Anteile davon könnten in einem angemessenen Rahmen durchaus von Vorteil sein? Aus „Du bist der totale Klassenkasper!“ wird „Ich kann Menschen gut unterhalten.“ In „Du bist echt viel zu langsam!“ kann „Ich denke sorgfältig nach, bevor ich handle.“ stecken. Diese positiven Deutungen schreiben die KlientInnen auf kleine Tonkartonwolken, die in den Traumfänger gehängt werden. Zusätzlich wird er nach Belieben mit Perlen, Federn etc. geschmückt und zu Hause an einem Platz aufgehängt, an dem sich die Kinder häufig aufhalten. Es macht die Kinder stolz und selbstbewusst, wenn sie nach und nach entdecken, dass die Fähigkeiten zum Bau einer verlässlichen Kletterhilfe größtenteils bereits in ihnen schlummern. Haben sie schließlich mit viel Einsatz die Misere hinter sich gelassen und sind oben angekommen, sehen sie staunend einen Garten voller Möglichkeiten vor sich. Um diese Potenziale ausschöpfen zu können, müssen in weiteren Schritten neue Handlungs- und Entscheidungsspielräume erobert werden. Stück für Stück arbeiten sich die Kinder bei mir von einfachen Erklärungen („Kürbisse sind Starkzehrer, deshalb brauchen sie besonders viel Dünger.“) über persönliche Geschmacksentscheidungen („Ich möchte aus den Erdbeeren lieber Eis als eine Quarkspeise machen, denn heute ist es so heiß.“) zu den entscheidenden Fragen hoch („Ich möchte eine feste Besuchsregelung mit meinem Vater,



denn manchmal weiß ich gar nicht mehr, wo ich nach der Schule hin muss.“). Sich mehr und mehr als selbstwirksam zu erleben, verstärkt das persönliche Wurzelwachstum ganz enorm. Die sich daraus zunehmend entwickelnde Standfestigkeit wiederum gibt immer stabileren Halt.

Meine therapeutische Aufgabe sehe ich darin, meine KlientInnen und ihre Familien so weit vom Wildwuchs der Enttäuschungen zu befreien, dass vorhandene Ressourcen sichtbar werden und in ihnen der Mut und die Zuversicht gedeihen, neue Wege gehen zu können. Es tut von Herzen gut zu sehen, wie den Kindern stetig Kräfte zuwachsen und sie sich Schritt für Schritt weiter aufrichten. Die Gartentherapie hat dabei die Funktion des zuverlässigen und stabilen Stützstabs, der Halt und Schutz gibt, bis sie selbst stark genug sind, um je nach Bedarf Wind und Wetter zu trotzen oder mit geschmeidigem Wiegen auch mal auszuweichen.

Da viele meiner KlientInnen einen längeren Leidensweg hinter sich haben, wenn sie zum ersten Mal zu mir kommen, braucht ihre verletzte Seele Zeit, um in der neuen Situation anzukommen und das zunächst ungewohnte therapeutische Setting kennenzulernen. Wie reiche ich ihnen die Hand und heiße sie so willkommen, dass sie sich meiner Einladung zur Gartentherapie öffnen können? Schließlich geht es in der



Therapie darum, ein so tragfähiges Beziehungsnetz zu knüpfen, dass sich die KlientInnen bei der mitunter sehr aufreibenden Suche nach ihren ganz eigenen Ressourcen stets sicher aufgefangen wissen. In der geschützten Atmosphäre des eingefriedeten Gartens entsteht ein Raum, um neues Verhalten zu erkunden, auszuprobieren und einzuüben, so dass die KlientInnen am Ende der Therapie mit festen Schritten diese Schutzzone verlassen können und unbeschwert selbständig ihre ganz eigenen Wege beschreiten.

Vor dem ersten Treffen mit den KlientInnen gibt es ein orientierendes Elterngespräch, um das komplexe Familiengeschehen zumindest im Ansatz zu erfassen. Neben dem standardisierten Faktencheck (Familienkonstellation, vorhandene Befunde etc.) geht es vor allem um die Gründe für den Behandlungswunsch und darum, welche Hoffnungen und Erwartungen die Eltern damit verbinden. Soll die zerrüttete Kommunikation in der Familie harmonisiert werden? Übt die Schule massiven Druck aus wegen einer Umschulung in die Förderschule? Machen Aggressionen und Wutausbrüche das Leben außerhalb der Kernfamilie äußerst schwierig? Ist die Konzentration für gute Ergebnisse in der Schule zu sprunghaft? Spricht das Kind nur mit sehr wenigen ausgewählten Personen? Das ist nur eine kleine Auswahl der Gründe, die Eltern zu mir führen. Auf der Basis dieser Einblicke und Informationen

können zum einen vorsichtig erste Arbeitshypothesen für den Start der Gartentherapie entwickelt werden und werden zum anderen praktische Konsequenzen gezogen. Liegen beispielsweise verschiedene Nahrungsmittelallergien vor, wird das Zubereiten und Verzehren von Obst und Gemüse im Therapieverlauf eine sehr untergeordnete Rolle spielen. Liegt eine Bewegungsstörung vor, die zu häufigem Stolpern und Stürzen führt, muss das Verletzungsrisiko minimiert werden. Zum Beispiel werden die benötigten Gartenutensilien dann nicht in der Schubkarre voran geschoben, sondern viel gefahrloser mit dem Nachziehwagen transportiert.

Kommen die KlientInnen dann zum ersten Mal selbst, brauchen sie genügend Zeit, um eine ungefähre Vorstellung davon zu erhalten, was zukünftig auf sie zukommen wird. Zunächst dürfen sie die Praxisräume erkunden und sehen, welche Materialien und Spiele es gibt. Sie bemerken die Werke anderer Kinder, die in unterschiedlichen Stadien auf die weitere Bearbeitung warten. Da die neuen KlientInnen fast immer wissen wollen, wer diese anderen Kinder sind, ist das ein guter Zeitpunkt zu erklären, was meine Schweigepflicht bedeutet und wie in diesem Zusammenhang die Kommunikation mit den Eltern funktioniert.

Während die Praxis im Innenbereich für die KlientInnen keine allzu ungewöhnliche Erfahrung darstellt, ist der Außenbereich als Therapieraum in der Regel Neuland. Für gewöhnlich ist ein Garten für Kinder ein Ort zum Spielen oder Toben. Der Gar-



ten als therapeutischer Handlungsort ist am Anfang unbekanntes Terrain, das einige Besonderheiten aufweist. Ein Garten, der von den meisten Menschen als schön und angenehm empfunden wird, sowie einige vielseitige und robuste Pflanzen reichen nicht aus, um Gartentherapie zu betreiben. Durch die Art der Gestaltung soll die Lebendigkeit eines Therapiegartens die Sinne wecken, während er gleichzeitig die erforderlichen Plätze zum Arbeiten berücksichtigt und Orte für Rückzug und Entspannung anbietet. Eine breite Auswahl relativ unempfindlicher Pflanzen über eine möglichst ausgedehnte jahreszeitliche Spanne hinweg erlaubt ein facettenreiches therapeutisches Arbeiten im Jahreslauf.

Wo GesprächspsychotherapeutInnen zwei bequeme Stühle und ein Beistelltischchen für ein Glas Wasser und Taschentücher brauchen, ist für den Therapieraum Garten erheblich mehr Aufwand zu treiben. Eine dauerhafte Grundpflege muss den Garten in Form halten. In den heißen Sommermonaten kommt entweder ein erheblicher Gießaufwand in den Morgen- oder Abendstunden hinzu oder es muss in ein teures Bewässerungssystem investiert werden. Nicht nur muss das zugrunde liegende Gestaltungskonzept wohl durchdacht sein und sich vor allem anderen an den Bedürfnissen der Zielgruppe orientieren. Bei meinen jungen KlientInnen spielen Ängste eine große Rolle. Dementsprechend muss der Garten durch sein Gesamtkonzept eine friedliche und angstfreie Atmosphäre ausstrahlen und frei sein von dunklen, unübersichtlichen Muffelecken und gruseligen Geräteschuppen. Eine ausgewogene Balance zwischen Beruhigung und Anregung soll der Kreativität nicht nur beim Gestalten, sondern auch beim Problemlösen dienen. Das therapeutische Tun im Garten erfolgt in einem Draußen, das gleichzeitig ein geschützter Bereich ist, der die rauen Winde des Familien- oder Schulalltags abschwächt. Ein weiterer Vorteil des Therapieraums Garten ist seine Flexibilität. Er ist nicht statisch und verändert sich nicht nur im Laufe der Jahreszeiten, sondern auch durch die wechselnden Aktivitäten und Ansprüche der KlientInnen. Durch Letztere entsteht eine Art unsichtbare Verbindung zwischen den verschiedenen GartennutzerInnen. Hängt zum Beispiel ein Klient bunte Wunschbänder in den Trompetenbaum, wissen sich durch dieses sichtbare Zeichen alle KlientInnen eingebunden in einen Kreis von Kindern, die sie zwar nicht kennen, von denen sie aber ahnen, dass sie sich ebenfalls durch das Unterholz des Lebens kämpfen. Manche Veränderungen haben wiederum ganz pragmatische Gründe. Nachdem beispielsweise eine ganze Weile hauptsächlich Grundschulkindern und Jungen in der beginnenden Pubertät in meine Praxis kamen, wurde sie zusätzlich vermehrt von Vorschulkindern frequentiert und die Ausstattung wurde um einen Sandkasten erweitert. Sand ist als therapeutisches Medium in seiner Vielseitigkeit ohnehin nicht zu unterschätzen und in Kombination mit Naturmaterial und einigen Spielfiguren ein ideales Arbeitsmaterial. Insgesamt kommt es also darauf an, sich auf ein den KlientInnen entsprechendes Konzept festzulegen und gleichzeitig offen genug zu planen, um sich wechselnden Bedingungen anpassen zu können. Im Laufe der Zeit empfinden die Kinder den

Garten zunehmend auch als „ihren“ Garten und müssen dementsprechend auf größere Veränderungen vorbereitet werden. Als es zum Beispiel unumgänglich wurde, den Pflirsichbaum zu fällen, war bei einigen KlientInnen mindestens eine Therapieeinheit zum Thema „Trauer und Verlust“ nötig.

Damit meine KlientInnen gute Chancen haben, den größtmöglichen Nutzen aus der Gartentherapie zu ziehen, habe ich mich für eine Art der Gartengestaltung entschieden, die vielleicht am besten mit „zivilisierter Naturgarten“ beschrieben werden kann. Das bedeutet konkret, dass sich geordnete Beete mit freieren Strukturen mischen und der Garten im Einklang mit der Natur nach ökologischen Grundsätzen bewirtschaftet wird. Eine artenreiche Auswahl insektenfreundlicher Pflanzen führt zu einem lebendigen Artenreichtum insgesamt. Immerhin kann eine geschickt ausgewählte Pflanzenart im Durchschnitt bis zu zwölf tierische Lebensarten glücklich machen. Ziel ist es, eine Oase der blühenden und lebendigen Vielfalt zu schaffen, die therapeutisch viele Sinnvolle Anknüpfungspunkte bietet. Als Nebeneffekt bildet der Therapiegarten darüber hinaus einen ökologischen Trittstein, der einen willkommenen Beitrag leistet, um das ökologische Netz wieder ein wenig fester zu weben. Der Verzicht auf Chemie und Gift ist nicht nur für die Natur wichtig, er ist auch im übertragenen Sinn bedeutsam. Es gibt immer wieder Probleme im Leben, die sich nicht ursächlich lösen lassen. Wird man mit ihnen konfrontiert, muss man für sich selbst eine klare Haltung dazu finden. So wie es zum Beispiel kaum einen



komplett schneckenfreien Garten geben wird, existiert wohl auch kein Pausenhof ohne mobbende MitschülerInnen. Es wird immer Kinder geben, die aus einer eigenen Bedürftigkeit heraus versuchen, vermeintlich Schwächere zu drangsalieren. Ein um das Hochbeet herum befestigtes Kupferband ist eine giftfreie, aber dennoch deutliche Ansage an die Schnecken: „Hier wird nicht rumgeschleimt!“ Eine starke und selbstbewusste Körpersprache ist ein sichtbares Zeichen für MitschülerInnen auf Opfersuche: „Mit mir brauchst du es gar nicht erst zu versuchen!“

Eine klare Haltung ist auch in anderer Hinsicht gefragt. Die therapeutische Arbeit im Garten verlangt aufgrund der Vielseitigkeit von Tätigkeiten und Materialien (Lebensmittelverarbeitung, sensible Pflanzen, Gartengeräte mit Gefahrenpotenzial etc.) nach definierten und transparenten Regeln. Die KlientInnen müssen darauf vertrauen können, dass sie keinen willkürlichen Entscheidungen unterworfen werden, sondern dass es für jede Regel eine nachvollziehbare Begründung gibt. Es ist entspannend, in einem Setting zu wissen, woran man ist und wie man sich verhalten darf. Es ist ein sehr gewinnbringender Lernprozess, die Erfahrung zu machen, dass feste Regeln nicht gleichbedeutend mit starren Regeln sein müssen. Mit guten Argumenten kann man in aussichtsreiche Verhandlungen eintreten. „Ich habe in den letzten Monaten gelernt, konzentriert bei einer Sache zu bleiben. Wenn etwas nicht sofort klappt, habe ich keine Wutausbrüche mehr, bei denen ich Sachen durch die Gegend werfe. Ich könnte also sicher mit der Gartenschere selbständig die ver-



blühten Rosen abschneiden.“ In diesem Erkenntnisgewinn steckt so viel Selbstreflexionsvermögen, dass die Gewährung eines größeren Handlungsspielraums eine angemessene Würdigung darstellt.

Ganz im Dienst des inneren Wachstums steht auch das ForscherInnenjournal, das meine KlientInnen führen. Während der Sitzungen erforschen sie die Natur, das Leben und sich selbst. ForscherInnen beobachten sehr geduldig und entdecken auf diese Weise nach und nach Zusammenhänge. Damit sie nichts vergessen, schreiben und zeichnen sie auf, was sie erlebt haben. Während jeder Stunde fotografiere ich die KlientInnen in einer gelingenden Situation. Sie selbst schreiben am Ende jeder Stunde in kurzen Stichwortsätzen auf, was sie alles geleistet haben in diesen 60 Minuten. Beim nächsten Treffen bekommen sie das Foto und kleben es ins Journal. So können wir leicht an die Erfolge der letzten Stunde anknüpfen und haben einen guten Einstieg in das Gespräch über den Verlauf der vergangenen Woche. Das ForscherInnenjournal ist für die Kinder ein starkes Stück Selbstermächtigung. Sie wissen, dass ich jede Stunde dokumentiere und auswerte, damit das Ziel stets im Auge behalten wird. Indem sie selbst ebenfalls dokumentieren, arbeiten sie aktiv am Erreichen ihres persönlichen Ziels mit. Für die Dauer der Behandlung bleibt das Journal in der Praxis. Zum Abschluss blättern wir es noch einmal durch und sprechen über Tiefen und Höhen während der gemeinsamen Zeit. Zusammen mit einem kleinen Abschiedsgeschenk verlassen die Kinder meine Praxis mit diesem handfesten Beweis für ihre Entwicklung.

## Exkurs: Journal für ForscherInnen

Ein Journal für ForscherInnen zu führen kann ein schönes Familienprojekt sein – zum Beispiel für Ferien, in denen die Familie zu Hause bleibt. Vielleicht macht es sogar so viel Spaß, dass ein Langzeitprojekt daraus wird.

ForscherInnen sind geduldige BeobachterInnen. Unter anderem auf diese Weise entdecken sie nach und nach Zusammenhänge. Damit sie nichts vergessen und auch, damit sie mit anderen Menschen ihr Wissen teilen können, schreiben und zeichnen sie alles auf. Dabei ist es nicht nur wichtig, genau zu beobachten. Es ist auch wichtig, genau zu beschreiben. Wie ist zum Beispiel der Wind? Streichelt er sanft über das Gras oder schüttelt er selbst große Bäume heftig hin und her? Was macht der Regen? Senkt er sich wie ein feiner Sprühnebel auf die Haut oder prasselt er so stark auf die Wege, dass sich große Blasen bilden? Wie sieht der Schnabel des Vogels aus? Was für Besonderheiten hat die Rinde des Baumes? Wer nicht ganz so gerne schreibt, kann auch malen oder eine Skizze machen. So oder so gibt es Fragen über Fragen, mit denen man von der häuslichen Forschungsstation aus reichlich zu tun hat.

Wird eine Forschungsstation auf Fensterbank oder Balkon eingerichtet, ist es praktisch, wenn die wichtigsten Utensilien immer parat liegen. Als Journal, in dem alles eingetragen und aufgezeichnet wird, kann man lose Blätter wählen, die mit einem Heftstreifen zusammengehalten werden und bei Bedarf ausgetauscht werden können. Andere schwören auf feste „Kladden“. Das ist Geschmackssache und man kann einfach ausprobieren, welche Variante einem persönlich mehr liegt. Je mehr Forschungspraxis man bekommt, desto mehr wird man das Arbeitsjournal nach den eigenen Wünschen und Erfordernissen gestalten. Nicht fehlen dürfen an der Station Stifte, Radiergummi und Spitzer. Bestimmungshilfen in Reichweite sind angenehm, ein Fernglas holt das Ferne direkt vor die Linse und ein Thermometer für die Außentemperatur ist auch nicht verkehrt. Interessant können auch die Informationen sein, die ein außen angebrachter Regenmesser beisteuert. Zum Beispiel prasselt manchmal ein dicker, schwerer Regen herab und es macht den Eindruck, als ob eine große Wassermenge niedergegangen sei. Ein Kontrollblick zeigt dann, dass der Schein trügt und die tatsächliche Menge für eine tiefe Durchdringung des Bodens nicht ausreicht.

Zur besseren Vergleichbarkeit der gewonnenen Daten und beispielsweise zur Strukturierung des Tagesablaufs sollte die Forschungsstation wenn möglich immer zur annähernd gleichen Zeit aufgesucht werden. Ein festgelegter Ablauf sorgt



dafür, dass nichts vergessen wird. Zunächst werden beispielsweise Datum, Uhrzeit und Außentemperatur notiert, dann sind die Wetterbeobachtungen an der Reihe. Nach diesen Basisinformationen widmet man sich der Tier- und Pflanzenwelt. Liefern sich die Amseln auch heute wieder wilde Revierkämpfe? Sind die Knospen des Lieblingsbaumes schon etwas praller geworden?

Durch regelmäßige Beobachtung kann man zu erstaunlichen Erkenntnissen gelangen. Im Sommer vor einigen Jahren habe ich zum Beispiel gelernt, dass Hornissen überaus pünktliche Zeitgenossen sind. Täglich um nahezu genau 14:30 Uhr hat sich eine Hornissenkönigin mit eindrucksvollem Gebrumm vom Westen unserer Terrasse genähert und ist, unter gänzlicher Missachtung meiner Person, elegant in südöstlicher Richtung sehr geschäftig weitergeflogen. Ich habe nachgelesen und in der Tat ist Pünktlichkeit eine besondere Eigenschaft von Hornissen.

Natürlich dürfen in ein ForscherInnenjournal nicht nur „harte“ Fakten in Wort und Bild Eingang finden. Interessen können vertieft, Pläne geschmiedet und Geschichten geschrieben werden. Schließlich haben ForscherInnen ganz individuelle Schwerpunkte.

Wenn die Zeit reif ist zum Abschied nehmen, waren die KlientInnen im Durchschnitt ein Jahr lang einmal wöchentlich, mit Ausnahme der Schulferien, bei mir. Nach meiner Beobachtung gibt es einen Zusammenhang zwischen der Verweildauer und der engen Anbindung der gartentherapeutischen Tätigkeiten an den Rhythmus der Jahreszeiten. Gemeinsam haben wir sämtliche familiären und schulischen Stolpersteine eines Jahreskreises durchdekliniert und die Kinder wie auch die Eltern konnten ihre Haltung dazu finden. Dieser komplexe Auseinandersetzungsprozess wird befördert zum einen durch die zunehmende Problemlösekompetenz der Kinder und zum anderen durch das Erleben mit allen Sinnen. Die Therapieeinheiten sind so gestaltet, dass meine KlientInnen viele kleine Entscheidungen treffen können, ja sogar müssen. An dieser Stelle sei noch einmal auf die „Mir-egal-gibt-es-nicht-Regel“ verwiesen. Da also jegliche Entscheidung nach einer Begründung verlangt, werden auch scheinbar nebensächliche Handlungen zur Übungswiese für reflektiertes Vorgehen. Wenn sie auf die Frage „Welchen der beiden Spaten möchtest du nehmen?“ antworten mit „Ich versuche es mit dem kleinen Spaten, der große ist mir zu schwer.“, dann haben sie vorher die unterschiedlichen Gewichte und Längen gefühlt und ihre Entscheidung gut abwägen können. Stück für Stück graben wir uns in die Tiefe und zunehmend können schwierigere Themen angegangen werden. Die KlientInnen lernen, Dingen auf den Grund zu gehen und Verantwortung für das eigene Verhalten zu übernehmen. Unterstützt wird dieser Vorgang durch den Umgang mit natürlichen Materialien in der Natur. Die KlientInnen spüren sich mit allen Sinnen. Eine Entscheidung, die sich bei der Ausführung unbehaglich anfühlt, kann durch den achtsamen Umgang mit sich selbst Sinn-voll

begründet revidiert werden. Ich vermute in diesem Erleben einen der Gründe dafür, warum die Kinder gerne zu mir kommen. In ihrem oftmals sehr anspruchsvoll durchgetakteten Alltag ist die Gartentherapie die Stunde in der Woche, in der sie in



Kontakt mit der Natur und mit sich selbst kommen. Die Stunde, in der sie als ganze Person ernstgenommen und gefordert werden. Die Fähigkeiten, die sie dabei an sich selbst entdecken, machen ihnen Freude und Lust auf mehr.

Ich erlebe meine KlientInnen meist als sehr motiviert und engagiert. Sie schuften und ackern und bearbeiten intensiv ihre Problemfelder. Das ist umso erstaunlicher, als viele der Kinder zu mir kommen, weil sie Leistung in nahezu jeder Form verweigern. Das aktive und ganzheitliche Herangehen der gartentherapeutischen Methoden an Schwierigkeiten ermöglicht eine so umfassende Form der Auseinandersetzung mit diesen, dass in der Reflexionsphase dann oft eine reiche Ernte eingefahren werden kann, die ihrerseits zu weiteren Anstrengungen ermutigt. Die Abwärtsspirale ändert nach und nach ihre Drehrichtung und wandelt sich in eine Aufwärtsspirale. Das Körpergedächtnis unterstützt die Erkenntnisse und Entscheidungen der Seele und die KlientInnen legen zunehmend einen enormen Lerneifer und Fleiß an den Tag. Die Freude über wieder entdeckte oder neu entwickelte Fähigkeiten verleiht ihnen den nötigen Schwung, um bisher problematische Bereiche zu bearbeiten. Das Wissen, die verlangten Kompetenzen in einem anderen Zusammenhang bereits erfolgreich angewandt zu haben, stimmt sie zuversichtlich. Kinder mit starkem Bewegungsdrang und Aufmerksamkeitsstörungen lernen zum Beispiel, ihre Energie gezielt zu dosieren, wenn sie zunächst überschießende Kräfte mit Schubkarre und Schaufel in Form von Grobkompost auf den Beeten verteilen, um anschließend mit konzentriertem Elan im Stehen oder Sitzen mit ruhigen Bewegungen feinste Anzuchterde zu sieben. Bei der körperlich schweren Arbeit leben sie ihre Bewegungsfreude aus und lösen Anspannungen, lernen aber auch ihre Kräfte einzuteilen. Sie spüren am eigenen Leib, dass es ihnen anschließend viel leichter fällt, mit feinmotorischer Achtsamkeit die unterschiedlichen Bestandteile des feinen Komposts wahrzunehmen und durch sorgsames Rütteln voneinander zu trennen, um ein optimales Substrat für feinen Samen zu gewinnen.

Da die Natur während des Tuns viele Reize setzt – eine schimpfende Amsel saust im Tiefflug vorbei, eine dicke Hummel brummelt pollenübersät durch die Stockrosen, eine Horde Feuerwanzen frönt der Geselligkeit, Marienkäferlarven befreien den Holunder von Läusen – kann gleichzeitig an der Ablenkbarkeit gearbeitet werden.

Die Realisierung von Projekten mit Kopf, Herz und Hand bildet den fruchtbaren Humus für das Wachstum neu zu erlernenden Verhaltens und bietet anschauliche Möglichkeiten für den Transfer zur eigenen Fragestellung. Im Fall von großem Bewegungsdrang und kleiner Aufmerksamkeitsspanne werden beispielsweise Hausaufgaben häufig zu einem täglichen Drama mit mehreren Akten, das die ganze Familie quält. In der Gartentherapie konnten die entsprechenden KlientInnen die Erfahrung machen, dass ihnen das konzentrierte Sieben leichter fällt, wenn sie vorher mit Schubkarre und Schaufel im Garten unterwegs waren. Sie haben auch gelernt,



dass es ihnen nur für bestimmte Zeit gelingt, Außenreize auszublenden. Wenn sie ihre Konzentration über das persönliche Maß hinaus strapazieren, werden sie zu zappelig, um überhaupt weiterarbeiten zu können. Gemeinsam haben wir herausgefunden, wie lange ihre persönliche Konzentrationsspanne dauert und welche Betätigungen einen definierten Ausstoß überschüssiger Energie möglich machen (z. B. 30-mal Seilspringen). Daraus wurde in Absprache mit den Eltern ein Hausaufgabenprogramm entwickelt, in dem sich kurze Bewegungseinheiten, Arbeitszeiten und kleine Trink- oder Essenspausen abwechseln. Wichtiges Hilfsmittel dabei ist ein Timer, der die jeweils vorgesehene Zeitspanne als neutraler Schiedsrichter überwacht und bei den Arbeitseinheiten kurz vor der ermittelten Konzentrationsdauer klingelt. So wird ein positives Arbeitsgefühl aufrechterhalten, weil der Ausdauerspeicher nie vollständig geleert wird. In Absprache mit der Lehrkraft kann die Hausaufgabenzeit anfangs nach einer festgelegten Zeit enden, selbst wenn noch nicht alles erledigt sein sollte. Entscheidend ist, dass ein echtes Bemühen sichtbar wird, persönliche Befindlichkeiten mit allgemeinen Anforderungen in Einklang zu bringen. Parallel erforschen wir in der Gartentherapie weiter, wie der jeweils optimale Betätigungs-Konzentrations-Mix der KlientInnen aussehen könnte. Durch die Verknüpfung kognitiver, emotionaler und körperlicher Anforderungen wird die Diagnostik erleichtert und es wird klarer, an welchen Punkten weitere Förderung an-

setzen kann. Zum Beispiel hat ein Klient beim Herausfischen vergammelter Blätter aus dem Gartenteich herausgefunden, dass er länger konzentriert arbeiten kann, wenn er einen stabilen Stand hat. Diese Erkenntnis führte dazu, dass er für einen Teil seiner Hausaufgaben an ein Stehpult wechselte.

Der Transfer vom Geschehen in der Gartentherapie in die Arbeitswelt der Kinder kann gelingen, weil die KlientInnen nach einer frustrierend langen Phase fataler (schulischer) Niederlagen zunehmend erleben, dass sie mit Anstrengung und Ausdauer doch erfolgreich sein können. Die vielen sinnlichen Tätigkeiten in der Gartentherapie setzen Emotionen frei und erleichtern die Entstehung von Flow-Erlebnissen ganz ungemein. Dieses beglückende Einssein mit dem Schaffensprozess lässt das Zutrauen in sich selbst gedeihen. Kinder, die in der Schule nur noch „rot“ sehen, machen die stärkende Erfahrung, dass ihre Leistungen „grün“ hervorgehoben werden und schöpfen neue Hoffnung, da sie sich als selbstwirksam erleben. Da meine KlientInnen Würdigung und Anerkennung meist bereits längere Zeit nicht mehr gehört haben, braucht es in der Regel einige Wochen des begründeten Lobens, um die zurückhaltende Skepsis über dieses ungewohnte Wohlfühlklima abzulegen. „Du hast die Saatschalen schön sorgsam angegossen. Schau nur, fast kein Samenkorn wurde aus der Reihe geschwappt. Danke, jetzt kann es mit dem Keimen losgehen.“ Wer solche Worte als belanglos abtut, unterschätzt die Macht des kleinen Senfkorns Hoffnung.

Dass meine KlientInnen von mir ziemlich gefordert werden können und wirklich schwer arbeiten, ist möglich, weil sie in der Gartentherapie gleichzeitig ganz konkret erfahren, wie viel sie können. Ihr Vermögen wird ihnen bewusst und im Bewusstsein dieses Reichtums riskieren sie das Verlassen ihrer Komfortzone und wagen es, neue Schatzinseln zu erkunden. Rückschläge sind unvermeidlich, doch wenn etwas zunächst misslungen sein sollte, darf es zurück ins schützende Frühbeet. Dort wird es mit dem stärkenden Kompost anderer positiver Erfahrungen solange aufgepäppelt, bis sich genug Wurzelkraft für einen neuen Versuch gebildet hat. Dieser Entwicklungsprozess gelingt umso leichter, wenn Gefühle differenziert wahrgenommen und benannt werden können. Nach meiner Erfahrung kann man im Garten und bei der Arbeit darin leichter vielfältige Gefühle ansprechen, weil es nicht gleich ans „Eingemachte“ gehen muss. „Die orangefarbenen Blüten der Kapuzinerkresse lachen mich mit ihrer gelben Mitte richtig an. Der Anblick macht mich fröhlich.“ ■ „Wenn ich unter dem Apfelbaum liege und die noch kleinen grünen Äpfelchen mit den Augen suche, werde ich ganz ruhig.“ ■ „Die blöden Schnecken, die die kleinen Salatpflanzen gefressen haben, machen mir Zornwolken aus den Ohren.“ Wenn ein Kind gelernt hat, mit der Gefühlspalette nuanciert zu malen, fällt der Transfer zu den eigentlichen Konflikten nicht mehr so schwer. Sensibilität und Sprache dafür sind eingeübt.