

Inhalt

1. Vorwort: Gartentherapiebuch	6
2. Grundlagen zur Gartentherapie	9
2.1. Was ist Gartentherapie?	10
2.1.1. Die Anwendungsbeispiele	11
2.1.2. Die Fachleute	12
2.1.3. Die Teilnehmenden	13
2.1.4. Die Anwendungsorte	13
2.1.5. Die Ziele	14
2.1.6. Die Effekte	16
2.1.7. Die Programme	17
2.1.8. Die Ausschlusskriterien	18
2.1.9. Definition und modelhafte Darstellung der Gartentherapie	19
2.1.10. Die Abgrenzung	21
2.2. Geschichte der Gartentherapie	22
2.2.1. Vom Neolithikum bis ins 19. Jahrhundert	22
2.2.2. Die weiteren Entwicklungen in den USA	23
2.2.3. Die Geschichte der Gartentherapie in Europa	26
2.2.4. Moderne Entwicklungen außerhalb der USA und Europa	30
2.3. Gartentherapie und Green Care – Ein Blick auf das große Ganze	32
2.3.1. Green Care in Österreich	32
2.3.2. Beispiele für Green Care Maßnahmen aus der Praxis	35
2.3.3. Die Erarbeitung eines Green Care Modells	59
2.4. Gartentherapie und Green Care in Wissenschaft und Praxis	64
2.4.1. Aktueller Stand der Praxis in Österreich und Europa	64
2.4.2. Aktueller Stand der Wissenschaft in Österreich und Europa	69

3. Die Gartentherapie - Was nutzt sie und wie wirkt sie?	77
3.1. Die Beziehung zwischen Mensch und Natur	78
3.1.1. Die wissenschaftstheoretischen Hintergründe	79
3.1.2. Die Beziehung zwischen Natur und menschlicher Gesundheit	82
3.2. Die Beziehung zwischen Mensch und Landschaft	88
3.2.1. Die Landschaftserlebnisse der Menschen	88
3.2.2. Die Landschaftswahrnehmung des Menschen	92
3.3. Die Beziehung zwischen Mensch und Garten	94
3.3.1. Die Rolle von Gärten und Gärtnern im menschlichen Leben	94
3.3.2. Auswirkungen von Gärtnern im Alltag	96
3.3.3. Auswirkungen von Gärten in Einrichtungen	98
3.4. Die Beziehung zwischen Mensch und Pflanze	100
3.4.1. Einleitende Anmerkungen	100
3.4.2. Die Bandbreite pflanzlicher Wirkfaktoren und Einsatzgebiete	101
3.4.3. Die wissenschaftstheoretischen Hintergründe	102
3.4.4. Die Beziehung zwischen Mensch und Pflanze als Wechselspiel aus Aktion und Reaktion	104
3.4.5. Die pflanzlichen Signale und ihre sinnliche Wahrnehmung durch den Menschen	107
3.5. Schlussfolgerungen und Effekte der Gartentherapie	112
3.5.1. Ältere Menschen und geriatrische Patientinnen und Patienten	113
3.5.2. Kinder und Jugendliche	116
3.5.3. Menschen mit psychischen Schwierigkeiten	118
3.5.4. Menschen in der Rehabilitation und mit physischen Schwierigkeiten	120
3.5.5. Einige Schlussbemerkungen	121
4. Vorwort und Leitfaden der Praxisbeispiele	125
4.1. Frühling - Pflanzenaussaat	127
4.2. Frühling - Quadratbeet	130
4.3. Frühling - Naschtopf für „Süße Fröchtchen“	134
4.4. Frühling - Österlicher Nestbau	137
4.5. Frühling - Frühlingshaft gestecktes Bechertablett	139
4.6. Frühling/Herbst - Von der Wiese zum ersten Gemüse (Neuanlage von Gemüsebeeten)	141
4.7. Frühling bis Sommer - Pflanzen aufziehen aus Stecklingen	144
4.8. Sommer - der Strauß	148
4.9. Sommer - Balkonkisterl bepflanzen im Sommer	151

4.10. Sommer – Kräuterkranz binden	154
4.11. Sommer – Gläserquadrat mit unterschiedlichen Oberflächenbeschaffenheiten	157
4.12. Sommer – Pflanzenpflege, eine unterschätzte Tätigkeit	160
4.13. Sommer – Drahtvase mit Sommerblühern	162
4.14. Frühling bis Herbst – Kräuternernte (Variante 1: Blüten und Blätter)	164
4.15. Frühling bis Herbst – Kräuternernte (Variante 2: Kräuter in Büscheln trocknen)	168
4.16. Frühling bis Herbst – Feine Blütenkulinarik für Einsteiger	171
4.17. Frühling bis Herbst – Geschützt durch starke Pflanzen	174
4.18. Frühling bis Herbst – Kreatives Pflanzenpressen	178
4.19. Frühling bis Herbst – Alles Pesto aus der wilden Kräuterküche	181
4.20. Herbst – Zweiggefüge aus Garten-Fundstücken	184
4.21. Herbst bis Frühling – Einen bunten Frühling pflanzen	186
4.22. Winter – Wintervitalität mit Sprossen aus dem Glas	189
4.23. Winter – Winterliches Kerzenlicht	192
4.24. Winter – Gesteckter Adventkranz	194
4.25. Winter – Rank Obelisk aus Weide	197
4.26. Winter – Halbtbarer Winterkranz	200
4.27. Zu jeder Jahreszeit – Malen mit Pflanzenfarben	202
4.28. Zu jeder Jahreszeit – Kräutersalz herstellen	207
4.29. Zu jeder Jahreszeit – Kräuter für die Schönheit	210
4.30. Zu jeder Jahreszeit – Schnittblumenpflege im Unverblüht	213
5. Die Mitarbeiterinnen des Buches	216
6. Literaturverzeichnis	220
7. Register	234
8. Impressum	247