

ZÜRCHER HOCHSCHULE FÜR ANGEWANDTE WISSENSCHAFTEN  
DEPARTEMENT LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT  
INSTITUT FÜR UMWELT UND NATÜRLICHE RESSOURCEN

# Gartentherapie für Menschen mit Autismus

Bachelorarbeit



Von

Aaron Ackermans

Bachelorstudiengang UI2018

Abgabedatum: 7. Juli 2022

Studienrichtung Umweltingenieurwesen

**Fachkorrektur:**

Martina Föhn, ZHAW

Ellen Wulfers, Stiftung Solvita

# Impressum

## Schlagwörter

Gartentherapie

Gartenatelier

Autismus-Spektrum-Störung

ASS

Autismus

Erwachsene

Programm

Götschihof

Green Care

Horticultural therapy

Therapeutic Horticulture

## Zitierungsvorschlag der Arbeit

Ackermans A., (2022). Gartentherapie für Menschen mit Autismus. ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Life Science und Facility Management. Wädenswil (Bachelorarbeit)

## Adresse

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Life Sciences und Facility Management

Grüntal, Postfach

CH-8820 Wädenswil

## Titelbild

Quelle: Gartenatelier auf dem Götschihof, A. Ackermans, 2022

## Zusammenfassung

Die Prävalenz zur Autismus-Spektrum-Störung (ASS) hat in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen. Die ASS kann nicht geheilt, aber therapiert werden. Je früher mit der richtigen Therapie begonnen wird, desto grösser ist die Verbesserung der Lebensqualität des betroffenen Menschen. Eine mögliche Art der Behandlung ist die Gartentherapie. Dabei werden verschiedene Zielsetzungen und Programme individuell auf die zu behandelnde Person angepasst. Deshalb und wegen der fehlenden Evidenz gegenüber der Wirkung der Gartentherapie gibt es grosse Lücken in der Literatur. Ziel dieser Bachelorarbeit ist es, durch eine spezifische Literaturrecherche bestehende gartentherapeutische Programme zu finden. Sodann soll ein selbst entwickeltes Programm für zwei Bewohner mit der ASS des Götschihofs im Aeugstertal erstellt werden. Durch das Definieren von elf Schlüsselwörtern, vier auf Deutsch und sieben auf Englisch, wurde die Literaturrecherche eingegrenzt. Für das Erstellens des Konzepts besuchte der Autor dieser Arbeit den Götschihof und das darin befindende Gartenatelier (GA). Durch ein Interview mit der Leiterin des GA soll mehr über sie, das GA und die zwei Bewohner in Erfahrung gebracht werden. Die Literaturrecherche ergab, dass keine gartentherapeutischen Programme für Menschen mit der ASS gefunden wurden. Es gibt jedoch Programme, die als standardisierte Planungsgrundlagen dienen können. Am Besuchstag konnte ein Einblick in die bestehenden Programme des GAs am Götschihof gewonnen werden. Zusätzlich wurde ersichtlich, dass das Programm zwar gut vorbereitet werden muss, kurzfristig Änderungen aber immer entstehen können. Ausserdem wurden die zwei Bewohner auf den Wohngruppen besucht. Mit dem Interview wurde klar, dass sich die Zusammenstellung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im GA grundsätzlich nicht ändert und die gleichen Personen über eine längere Zeit teilnehmen. Ausserdem wurden die gartentherapeutischen Zielsetzungen für die beiden Bewohner erläutert. Das erstellte Programm wurde in die vier Jahreszeiten unterteilt. Für jede Jahreszeit wurden zehn Programmpunkte mit den Zielsetzungen, den Zielpersonen, den Materialien, der Durchführung und den möglichen Wirkungen erstellt. Die fehlende Literatur zeigt jedoch, dass noch viel Forschung in diesem Bereich nötig ist. Als nächstes sollte das erstellte Programm mit den zwei Bewohnern durchgeführt werden, um zu beobachten, ob Anpassungen vorgenommen werden müssen oder beide dasselbe Programm verwenden können.

## Abstract

The prevalence of autism spectrum disorder (ASD) has increased significantly in recent decades. ASD cannot be cured, but it can be treated. The earlier the right therapy is started, the greater the improvement in the quality of life of the affected person. One possible type of treatment is Horticultural therapy. In the Horticultural therapy, different objectives and programs are individually adapted to the person to be treated. Because of this and the lack of evidence against the effect of Horticultural therapy, there are large gaps in the literature. The aim of this bachelor thesis is to find existing garden therapy programs through a specific literature search. Then a self-developed program for two residents with ASD of the Götschihof in Aeugstertal will be created. By defining eleven keywords, four in German and seven in English, the literature research was narrowed down. For the creation of the concept, the author of this work visited the Götschihof and the garden atelier (GA) located therein. Through an interview with the director of the GA, more will be learned about her, the GA and the two residents. The literature search revealed that no Horticultural therapy programs for people with ASD were found. However, there are programs that can serve as standardized planning principles. On the day of the visit, an insight into the existing programs of the GA at Götschihof could be gained. In addition, it became clear that the program must be well prepared, but that changes can always occur at short notice. Furthermore, the two residents were visited in the residential groups. With the interview it became clear that the composition of the participants in the GA basically does not change and that the same people participate over a longer period. In addition, the Horticultural therapy objectives for the two residents were explained. The program created was divided into the four seasons. For each season, ten program points were created with the objectives, target persons, materials, implementation, and possible effects. However, the lack of literature shows that much research is still needed in this area. Next, the created program should be run with the two residents to observe if adjustments need to be made or if both can use the same program without changes.

# Inhaltsverzeichnis

|       |                                  |    |
|-------|----------------------------------|----|
| 1.    | Einleitung.....                  | 8  |
| 2.    | Theorieteil.....                 | 10 |
| 2.1   | Gartentherapie.....              | 10 |
| 2.1.1 | Definition .....                 | 10 |
| 2.1.2 | Abgrenzung .....                 | 10 |
| 2.1.3 | Ziele der Gartentherapie .....   | 11 |
| 2.1.4 | Effekt.....                      | 11 |
| 2.1.5 | Die Programme .....              | 12 |
| 2.1.6 | Erstellen eines Konzepts .....   | 12 |
| 2.2   | Stiftung Solvita.....            | 13 |
| 2.2.1 | Gartenatelier im Götschihof..... | 13 |
| 2.3   | Bestehende Konzepte .....        | 18 |
| 2.4   | Autismus Spektrum Störung.....   | 19 |
| 2.4.1 | Symptomatik.....                 | 19 |
| 2.4.2 | Der frühkindliche Autismus ..... | 19 |
| 2.4.3 | Das Asperger-Syndrom.....        | 19 |
| 2.4.4 | Der atypische Autismus .....     | 20 |
| 2.4.5 | Verlauf im Alter .....           | 20 |
| 2.4.6 | Begleitkrankheiten.....          | 20 |
| 2.4.7 | Behandlung .....                 | 21 |
| 2.4.8 | Verbreitung von Autismus.....    | 21 |
| 3.    | Material und Methodik .....      | 22 |
| 3.1   | Literaturrecherche.....          | 22 |
| 3.1.1 | Bestehende Konzepte .....        | 22 |
| 3.2   | Besuchstag .....                 | 23 |
| 3.3   | Interview mit Ellen.....         | 23 |
| 3.4   | Entwicklung des Konzeptes.....   | 23 |
| 3.5   | Fallbeispiele .....              | 23 |
| 3.5.1 | M. M. (40 Jahre alt).....        | 23 |
| 3.5.2 | C. K. (20 Jahre alt).....        | 24 |
| 4.    | Ergebnisse.....                  | 26 |
| 4.1   | Literaturrecherche.....          | 26 |
| 4.2   | Besuchstag .....                 | 26 |
| 4.3   | Interview mit Ellen Wulfers..... | 28 |

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 4.3.1 | Thematische Analyse des Interviews .....             | 28 |
| 4.4   | Gartentherapeutische Programme .....                 | 30 |
| 4.4.1 | Gartentherapeutische Programme für den Frühling..... | 31 |
|       | Pflanzenaussaat (Anzuchtschale).....                 | 31 |
|       | Pikieren der Keimlinge.....                          | 32 |
|       | Kompost herstellen.....                              | 33 |
|       | Setzlinge in die Erde pflanzen.....                  | 34 |
|       | Blumenwiese ansäen.....                              | 35 |
|       | Windrad basteln.....                                 | 35 |
|       | Pflanzen giessen.....                                | 36 |
|       | Zimmerpflanzen vermehren .....                       | 37 |
|       | Nisthilfe für Wildbienen bauen.....                  | 38 |
|       | Osternest herstellen.....                            | 39 |
| 4.4.2 | Gartentherapeutische Programme für den Sommer .....  | 40 |
|       | Hängematte/Hängesitz schaukeln.....                  | 40 |
|       | Erlebnis rund um den Teich.....                      | 40 |
|       | Kräuter/Früchte Ernten.....                          | 41 |
|       | Kräuter trocknen.....                                | 42 |
|       | Teemischung herstellen.....                          | 42 |
|       | Gewürzmischung herstellen.....                       | 43 |
|       | Früchte erleben.....                                 | 44 |
|       | Blumenstrauss erstellen.....                         | 45 |
|       | Malen mit Pflanzenfarbe.....                         | 45 |
|       | Wasser erleben.....                                  | 46 |
| 4.4.3 | Gartentherapeutische Programme für den Herbst .....  | 48 |
|       | Laubhaufen erstellen .....                           | 48 |
|       | Steinhaufen/Asthaufen .....                          | 48 |
|       | Feuer machen.....                                    | 49 |
|       | Windspiel basteln.....                               | 50 |
|       | Kürbis aushöhlen.....                                | 51 |
|       | Äste zerschneiden .....                              | 51 |
|       | Blumenzwiebeln pflanzen.....                         | 52 |
|       | Vogelfutter herstellen.....                          | 53 |
|       | Saatgut Aufbereitung .....                           | 54 |
|       | Früchte trocknen.....                                | 55 |
| 4.4.4 | Gartentherapeutische Programme für den Winter .....  | 56 |
|       | Schnee erleben.....                                  | 56 |

|   |    |
|---|----|
| Winterspaziergang .....                     | 56 |
| Möhren ansäen.....                          | 57 |
| Adventskranz .....                          | 58 |
| Weihnachtskugel dekorieren.....             | 58 |
| Weihnachtsbaum schmücken.....               | 59 |
| Weihnachtsbaum abmontieren.....             | 60 |
| Flechten .....                              | 61 |
| Rassel mit Naturmaterialien basteln.....    | 61 |
| Punsch trinken.....                         | 62 |
| 5. Diskussion .....                         | 64 |
| 5.1 Literaturrecherche.....                 | 64 |
| 5.1.1 Bestehende Konzepte .....             | 64 |
| 5.2 Besuchstag .....                        | 65 |
| 5.3 Interview mit Ellen Wulfers.....        | 65 |
| 5.4 Frühling .....                          | 66 |
| 5.5 Sommer.....                             | 66 |
| 5.6 Herbst .....                            | 66 |
| 5.7 Winter.....                             | 66 |
| 5.8 Gesamte Konzept.....                    | 67 |
| 6. Fazit.....                               | 68 |
| 7. Literaturverzeichnis .....               | 69 |
| Abbildungsverzeichnis .....                 | 75 |
| Tabellenverzeichnis.....                    | 76 |
| Anhang .....                                | 77 |
| Fragekatalog Ellen Wulfers.....             | 77 |
| Protokoll Interview.....                    | 77 |
| Einverständniserklärung Ellen Wulfers ..... | 81 |
| Selbstständigkeitserklärung.....            | 82 |
| Poster .....                                | 83 |

# 1. Einleitung

In den letzten Jahrzehnten hat die Prävalenz zur Autismus-Spektrum-Störung (ASS) stark zugenommen (Chiarotti & Venerosi, 2020; Isaksen et al., 2013). Die genauen Gründe für die steigende Tendenz sind noch unklar (Isaksen et al., 2013). Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler vermuten, dass die bessere Verfügbarkeit von Gesundheitsdiensten und die Veränderung in der Diagnostik Ursachen für den Anstieg sind. Ausserdem sind das Bewusstsein unter den Fachleuten und die Akzeptanz gestiegen, dass Autismus mit einer Reihe anderer Erkrankungen koexistieren kann. Am wahrscheinlichsten ist jedoch die Erklärung, dass Änderungen an den Diagnosekriterien vorgenommen worden sind. Personen mit mildereren Symptomen, bei denen früher keine ASS diagnostiziert worden wäre, werden nun als solche oder spezifischer als solche mit atypischem Autismus oder Asperger-Syndrom diagnostiziert. Aktuelle epidemiologische Daten sind unerlässlich, damit die Gesundheitsbehörden in der Lage sind, Gesundheitsstrategien, Behandlungen und medizinische Beratungsdienste zu entwickeln (Isaksen et al., 2012). Ansonsten steht die Gesellschaft vor Herausforderungen bezüglich dem Gesundheits- und Bildungssystem.

Die Ursachen von ASS sind unbekannt (Leonard et al., 2010). Es gibt jedoch Hinweise auf genetische Ursachen, wobei mehr Männer als Frauen betroffen sind. ASS wurde auch mit verschiedenen prä- und perinatalen Komplikationen in Verbindung gebracht (Kolevzon et al., 2007). Umweltfaktoren wie intrauterine Expositionen können ebenfalls eine Rolle spielen (Bromley et al., 2008; Chaidez et al., 2018). Wie weit die Genetik und die Umwelt eine Rolle spielen, ist nicht klar (Leonard et al., 2010). Es ist aber unwahrscheinlich, dass sie das Ergebnis eines einzigen Gens oder einer einzigen Ursache sind, sondern sie entstehen in einigen Fällen aus einer Kombination von genetischer Anfälligkeit und Umweltexposition (Herbert et al., 2006).

Nicht alle Personen, die mit ASS diagnostiziert wurden, behalten diese Diagnose das Leben lang (Herbert et al., 2006). In einigen Fällen kann die Verbesserung spontan eintreten, während sie in anderen Fällen nur durch Behandlungen erreicht werden kann. Expertinnen und Experten, die mit ASS-Personen arbeiten, sind sich einig, dass eine frühe Diagnose und damit auch eine frühe Behandlung entscheidend für den Verlauf sind (Corsello, 2005). Kinder mit ASS sollten am besten im Alter von vier Jahren mit der Behandlung beginnen, um signifikante Verbesserungen zu erreichen. Die meisten Behandlungsprogramme haben eine Intensität von 15–20 Stunden in der Woche. Klassische Behandlungsmethoden sind zum Beispiel die Physio- und Ergotherapie oder die Logopädie (Freitag & Schneider, 2017).

Eine Alternative oder eine Ergänzung könnte die Gartentherapie als Behandlungsmöglichkeit sein (Barakat et al., 2019). Dabei werden durch die Verwendung von Pflanzen als therapeutische Mittel, unter der Leitung einer ausgebildeten Fachperson vordefinierte klinische Zielsetzungen erreicht (Sempik et al., 2003). Die positive Wirkung des Gartens auf die Menschen war bereits dem ägyptischen Volk etwa 600 Jahre vor Christus bekannt (Niepel & Pfister, 2010). Am Anfang der 19. Jahrhunderts wurden von Benjamin Rush, dem Gründer der amerikanischen Psychiatrie, erstmals Gärten in die Therapie von psychisch kranken Menschen eingebunden.

Angenehme Aktivitäten und moderate körperliche Betätigungen in der Natur haben nicht nur einen positiven Einfluss auf psychisch kranke Menschen, sondern auch auf Menschen mit einer Depression (Gonzalez et al., 2010). Ebenfalls erweist sich die Natur als nützliches Medium für ein breites Spektrum gefährdeter Gruppen (Sempik et al., 2014), einschliesslich Menschen mit Lernschwächen sowie einer physischen Beeinträchtigung. Auch Menschen mit der Diagnose ASS zeigen ein Eigeninteresse für die Natur und das Gärtnern (Grove et al., 2018).

Menschen mit ASS haben meist atypisch intensive und eingeschränkte Interessen an bestimmten Objekten oder Themen (Nowell et al., 2021). Bisher gibt es jedoch nur wenige Forschungsarbeiten, die sich mit den besonderen Interessen von Menschen mit ASS auseinandergesetzt haben (Grove et al., 2018). Ausserdem fehlen Studien, die die Wirksamkeit von alternativen Behandlungen wie zum Beispiel die Gartentherapie belegen (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Barakat et al. (2019) zeigten in der Studie auf, wie ein Sinngarten für Menschen mit ASS aufgebaut werden könnte. In der Arbeit werden jedoch die Auswirkungen nicht beschrieben. Weiter fehlen Informationen zur Gartentherapie und dem Autismus sowie spezifische Konzepte für Personen mit ASS.

Im Rahmen dieser Bachelorarbeit soll ein gartentherapeutisches Programm für zwei erwachsene Bewohner des Göttschihofs der Stiftung Solvita mit der Diagnose ASS erarbeitet werden. In diesem werden verschiedene Ak-



tivitäten aufgeführt, die mit den zwei Personen durchgeführt werden können. Das Ganze wird in die vier Jahreszeiten unterteilt, wodurch dies übersichtlicher werden sollte. Zudem wird beschrieben, welche Materialien und Pflanzen benötigt werden. Mit unterschiedlichen Literaturen soll beschrieben werden, weshalb die gärtnerischen Interventionen passend sein könnten für die zwei unterschiedlichen Personen. Ebenfalls soll geklärt werden, ob zwei Individuelle Programme erstellt werden müssen oder ob durch kleinere Anpassungen beide von einem Programm profitieren können. An einem Besuchstag werden die zwei Personen im Gartenatelier kontaktiert und weiterführende Informationen gesammelt. Durch ein Interview mit einer Fachperson werden allfällige Fragen bezüglich dem Gartenatelier und den Teilnehmenden auf dem Götschihof geklärt. Durch eine Literaturrecherche soll gartentherapeutische Programme für Menschen mit ASS gefunden werden. Wenn es solche Programme bereits gibt, sollen diese miteinander verglichen werden.

## 2. Theorieteil

Der Theorieteil beschäftigt sich sowohl mit der Gartentherapie als auch mit der Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Im ersten Teil wird die Gartentherapie definiert. Im Weiteren beschäftigt sich der Theorieteil mit den Zielen der Gartentherapie, den Effekten, der Abgrenzung, dem Programm und der Verbreitung. Die Stiftung Solvita und das darin befindende Gartenatelier wird beschrieben. Danach werden bestehende gartentherapeutische Programme vorgestellt. ASS wird in der Symptomatik beschrieben. Zudem wird auf die drei Subdiagnosen – frühkindlicher Autismus, Asperger-Syndrom und den atypischen Autismus – eingegangen. Diese Arbeit bezieht sich auf erwachsene Menschen mit Autismus, weshalb der Verlauf im Alter erläutert wird. Zum Schluss werden noch die Begleitkrankheiten aufgeführt, die Behandlung von ASS erläutert und die Verbreitung beschrieben.

### 2.1 Gartentherapie

#### 2.1.1 Definition

«Gartentherapie ist ein geplanter und zielorientierter Prozess, bei dem weitergebildete Fachkräfte pflanzen- und gartenorientierte Aktivitäten und Erlebnisse nutzen, um das soziale, psychische und körperliche Wohlbefinden und die Lebensqualität von Menschen zu erhalten und fördern» (Niepel & Pfister, 2010). Schneiter-Ulmann (2020) definiert den Begriff Gartentherapie noch mehr durch die Fachpersonen. «Gartentherapie wird von einer therapeutisch sowie botanisch und gärtnerisch qualifizierte Fachperson durchgeführt. Dabei dienen Pflanzen als therapeutische Mittel, um bei diagnostizierten Patientinnen und Patienten überprüfbare therapeutische Ziele zu erreichen. Der Raum, in dem die Gartentherapie stattfindet, ist in der Regel ein Garten».

Nach Jürgen Georg (2020) sollte der Prozess der Gartentherapie möglichst durchplant sein, sei es bezüglich der Abläufe, der Umgebung oder der Werkzeuge. Die Reaktion und die daraus entstehende spontane Situation der Teilnehmenden sollten hingegen nicht abgelehnt werden. Ausserdem sollte die Gartentherapie den Fähigkeiten der Teilnehmenden angepasst werden. Durch die Aktivierung der vielen Sinnesreize sind die Möglichkeiten an Aktivitäten zahlreich und können dadurch gut an verschiedene Zielgruppen angepasst werden (D. Haubehofer et al., 2013).

Das Fachpersonal sollte dabei botanisch und gärtnerisch als auch medizinisch-therapeutisch qualifiziert sein (Schneiter-Ulmann et al., 2020). Diese können von der Heilpädagogik, Psychologie, Physio- oder Ergotherapie stammen. Besonders wichtig ist es aber, das Kenntnis über die Bedürfnisse der Teilnehmenden zu haben (D. Haubehofer et al., 2013), zum Beispiel über das Krankheitsbild, Symptome der Krankheit oder Allergien. Bestenfalls handelt es sich bei der Fachperson um eine Expertin oder einen Experten im Bereich der Gartentherapie.

Die Anfänge der Therapie im Garten wurden schon in der Antike bei den Ägyptern dokumentiert (Schneiter-Ulmann et al., 2020). Es handelte sich dabei um Spaziergänge im Garten, die psychisch verwirrten Personen verschrieben wurde. Erst Ende des 18. Jahrhunderts wurde der Garten vermehrt zur Genesung von kranken Menschen berücksichtigt (Davis, 1998). Niepel und Pfister (2010) beschreiben, dass die ersten Ansätze, den Garten in die psychische Heilung einzubringen, in Amerika zu Beginn des 19. Jahrhunderts stattfanden. Auch in Frankreich und Spanien wurde um dieselbe Zeit die heilende Wirkung des Gartens erkannt und in vielen Psychiatrien eingesetzt.

#### 2.1.2 Abgrenzung

Die Abgrenzung des Begriffes «Gartentherapie» ist schwierig, da er von verschiedenen Autorinnen und Autoren oder Institutionen unterschiedlich genutzt wird (D. Haubehofer et al., 2013). Die Gemeinsamkeit bezieht sich immer auf drei Elemente: die Teilnehmenden, die Expertinnen und Experten sowie die vorher definierten Zielsetzungen.

Klare Abgrenzungen von anderen Therapieformen gibt es allerdings trotzdem (D. Haubehofer et al., 2013). Das «Sozial-therapeutische Gärtnern» oder im englischen «social and therapeutic horticulture» nach Sempik et al. (2003) gehört nicht mehr zur Gartentherapie. In dieser Form der Therapie geht es zwar um die Verbesserung

des Wohlbefindens durch das aktive oder passive Gärtnern. Es werden aber keine klaren und individuellen Zielsetzungen definiert, sondern die Therapie dient nur der allgemeinen Steigerung des Wohlbefindens. Ausserdem ist es ein Ziel davon, eine Fertigkeit und dadurch letztlich auch eine Arbeitsstelle zu erwerben. Nach Schneider-Ulmann (2020) wird die «therapeutic horticulture» jedoch in die Gartentherapie eingeschlossen. Dies zeigt die unklare Abgrenzung der Gartentherapie.

Eine weitere Therapieform, die nicht zur Gartentherapie gehört, ist die «Pflanzengestützte Gesundheits- und Krankenpflege» (D. Haubehofer et al., 2013). Diese Therapie ist der Gartentherapie sehr ähnlich, unterscheidet sich aber durch die fehlenden therapeutischen Zielsetzungen, die in der Gartentherapie definiert und regelmässig überprüft wird (Vef-Georg, 2020). Es findet also keine professionelle Therapie statt, da qualifizierte gartentherapeutische Expertinnen und Experten fehlen. Ausserdem sind die Beschäftigungseinheiten mit Pflanzen zeitlich auf 10–15 Minuten begrenzt.

### 2.1.3 Ziele der Gartentherapie

Das allgemeine Ziel der Gartentherapie ist die Förderung und Erhaltung des Wohlbefindens im sozialen, körperlichen und psychischen Bereich (D. Haubehofer et al., 2013). Dieses Ziel kann verschieden interpretiert werden, was viele Möglichkeiten öffnet. Die Ziele sollten sich jedoch nicht auf das Ergebnis fokussieren, sondern auf den Prozess. Zudem sollten die Ziele individuell den Teilnehmenden angepasst werden. Die Ziele ändern sich auch mit dem Einsatzbereich. In der Sonder- und Heilpädagogik liegen die Ziele eher bei der Beziehung zu sich selbst, zu Mitmenschen und zur Umwelt (Niepel & Pfister, 2010). Dabei sollte auf das Potenzial der Teilnehmenden eingegangen werden und diese gefördert werden.

### 2.1.4 Effekt

Der Garten kann bei der Gartentherapie als verbindendes Medium dienen (Niepel & Neuhauser, 2016). Nicht nur das eigentliche Gärtnern hat dabei eine positive Wirkung, sondern auch das Zusammensein und der Raum Garten. Die Gartentherapie kann helfen, Verbindungen von den Teilnehmenden zu den Expertinnen und Experten herzustellen. Aber auch Teilnehmende untereinander können durch das Gärtnern und die damit verbundene Gartentherapie eine Beziehung aufbauen. Folglich hilft die Gartentherapie nicht nur dem eigenen Wohlbefinden, sondern kann auch den sozialen Kompetenzen helfen.

Die Effekte können nach Maria Putz (2016) in fünf Bereiche eingeordnet werden; der physische Bereich, der kognitive Bereich, der psychisch-emotionaler Bereich, der soziale Bereich und der Bereich Selbstbild und dem Umgang mit dem Ich.

Im physischen Bereich werden vor allem die motorischen Funktionen und Fähigkeiten verbessert, wiederhergestellt oder gefördert (Putz, 2016). Zudem geht es um die Koordination und das Gleichgewicht. Ausserdem können durch die Gartentherapie die verschiedenen Sinneswahrnehmungen angeregt werden.

Der Effekt des kognitiven Bereichs umfasst zum Beispiel das Erlernen einer Fähigkeit (Putz, 2016). Auch die Förderung der Wahrnehmung und der Kreativität gehören in diesen Bereich. Durch die Gartentherapie kann auch die Verbesserung der zeitlichen und räumlichen Wahrnehmung gesteigert werden. Ausserdem können das Sprachverständnis und der Sprachausdruck gefördert werden. In einzelnen Fällen kann zudem die Fähigkeit des Lesens und Schreibens aufgebaut oder verbessert werden.

Durch die Gartentherapie können sich Effekte im psychisch-emotionaler Bereich zeigen (Putz, 2016). Zum Beispiel können die Kontaktfähigkeiten mit anderen Teilnehmenden oder den Expertinnen und Experten gefördert werden. Auch kann die Selbst- und Fremdeinschätzung dadurch verbessert werden. Ebenfalls können die Frustrationstoleranz, die Stabilität und Flexibilität und das Selbstvertrauen gefördert werden. Das Arbeiten mit Pflanzen kann sogar das Interesse an der Zukunft wecken.

Im sozialen Bereich können durch das Arbeiten in Gruppen Interaktionen unter den Teilnehmenden und Expertinnen und Experten gefördert werden (Putz, 2016). Ausserdem findet eine Identifikation in der Gruppe und der Umgebung statt. Die Wahrnehmung des Tuns für sich und andere kann ebenfalls aufgebaut werden. Auch Gerhard Strohmeier (2016) zeigt die positive Wirkung vom Gärtnern auf die sozialen Kompetenzen auf.

Der Effekt im Bereich des Ichs zeigt sich, indem die Person durch die Gartentherapie die eigenen Grenzen herausfinden und diese testen (Putz, 2016). Dadurch kann auch das Selbstbewusstsein verbessert werden. In der Gartentherapie fühlen sich die Teilnehmenden gebraucht und erledigen sinnvolle Aufgaben. Dies kann die Motivation und das Engagement fördern.

### 2.1.5 Die Programme

Die Gartentherapie-Programme dienen als Planungsgrundlage und sind meist standardisiert (D. Haubenhofer et al., 2013). Die Programme enthalten einerseits eine beschriebene Aktivität für die Gartentherapie; andererseits enthalten sie Informationen zur Anforderung an die Teilnehmenden und den geschätzten Aufwand.

Die Unterschiede der verschiedenen Programmen liegen in den Bereichen Organisation, Einzel- oder Gruppenaktivitäten, Ziele, Ort und Art der Aktivität (D. Haubenhofer et al., 2013). Da die Gartentherapie breit ausgelegt werden kann, ergeben sich viele Möglichkeiten, die jedoch präzise auf die Teilnehmenden angepasst werden müssen. Zum Beispiel kann sich der Ort von draussen im Garten nach drinnen auf die Wohngruppe verschieben, wenn eine teilnehmende Person in der Mobilität stark eingeschränkt ist.

Ein Gartentherapie-Programm sollte eine spezifische Planung bezüglich den Materialien, dem Arbeitsort und den Abläufen enthalten (D. Haubenhofer et al., 2013). Dadurch vereinfacht sich die Programmauswahl für die Expertinnen und Experten. Diese müssen sich im Voraus Gedanken über Ausschlusskriterien, verfügbare Zeit, Fähigkeiten und Kenntnissen der Teilnehmenden sowie Anwendungsort machen. Ausgewählte Programme müssen naher noch mit einer Feinplanung überarbeitet und präzise dokumentiert werden (Niepel & Pfister, 2010).

### 2.1.6 Erstellen eines Konzepts

Wie bereits Niepel und Pfister (2010) oder auch Haubenhofer et al. (2013) erwähnten, muss die Gartentherapie den Teilnehmenden individuell angepasst werden. Dies muss als erstes beachtet werden, wenn ein neues Konzept erstellt werden soll (Niepel & Pfister, 2010). Wird das Konzept für eine Institution erarbeitet, muss beachtet werden, ob es bereits ein übergeordnetes Hauskonzept gibt oder Werte der Institution, die zu beachten sind. Ausserdem gibt es vielleicht schon ein Konzept, das ergänzt werden kann oder das neu ausgearbeitet werden muss.

Eine weitere Frage, die vor dem Erarbeiten eines Konzepts gestellt werden muss, ist, ob der Betrieb bereits einen Garten besitzt, der für die Gartentherapie verwendet werden darf (Niepel & Pfister, 2010). Zudem besitzen gewisse Betriebe bereits Hochbeete, Räume oder sonstige Ressourcen, die für die Gartentherapie verwendet werden dürfen.

Wird das Konzept für eine bestimmte Person oder eine Zielgruppe erstellt, müssen diese mit einbezogen werden (Niepel & Pfister, 2010). Dabei sind das Krankheitsbild, nahe liegende zukünftige Änderungen, Voraussetzungen, die die Personen mitbringt, oder Kontraindikatoren wie Allergien oder Infektionen zu beachten. Laut Trudi Beck (2020) sollte zudem eine Bedürfniserhebung der Zielperson oder Zielgruppe durchgeführt werden. Der Grund dafür liegt in der Vergangenheit, als Institutionen viel Geld für eine Aufwertung des Gartens investierten, dieser aber nicht den Bedürfnissen der Teilnehmenden angepasst wurde, sondern dem Aussehen. Dies kann sich auch auf die Erstellung eines Konzepts auswirken.

Der letzte Punkt betrifft die Expertinnen und Experten (Niepel & Pfister, 2010). Arbeiten diese bereits auf dem Betrieb, die in der Erarbeitung eines Konzeptes mit einbezogen werden können? Bringen diese bereits Erfahrungen mit, die zu beachten sind? Wenn die Expertinnen und Experten unterstützt werden durch zusätzliche Mitarbeitende oder Freiwilligen: Könnte die Gruppenanzahl angepasst werden?

Viele dieser Fragen müssen vorab beantwortet werden, um ein möglichst individuelles, präzises Konzept zu erstellen, das die Arbeit der Expertinnen und Experten vereinfachen soll.

## 2.2 Stiftung Solvita

Die Stiftung Solvita ist in der Schweiz eine bedeutende Sozialinstitution (Stiftung Solvita, 2022c). Sie bietet über verschiedene Standorte über 600 Arbeitsplätze an. Diese sind verteilt im Wohnheim Urdorf, dem Service-Zentrum in Urdorf, der Heilpädagogischen Schule in Dietikon und dem für diese Arbeit relevanten Götschihof in Aeugstertal. Die Institution hat sich auf Menschen mit einer körperlichen, geistigen, psychischen oder mehrfachen Behinderung spezialisiert und bietet ihnen einen Schul-, Ausbildungs-, Umschulungs-, Arbeits- und Wohnplatz. Die Stiftung hat sich zum Ziel gesetzt, «Menschen mit Behinderung ein beglückendes und sinnerfülltes Leben und Arbeiten zu ermöglichen» (Stiftung Solvita, 2022c).

Sie möchte ihr eigenes Angebot stetig überprüfen und nach Bedarf auch anpassen (Stiftung Solvita, 2022b). Dies erreicht sie durch gut geschultes und auch engagiertes Personal. Jeder der vier Standorte soll durch seine Einrichtungen den Menschen mit einer Behinderung einen Ort des Wohlfühlens und auch des Respekts bieten.

Der Götschihof liegt etwas abseits von der Grossstadt Zürich im Aeugstertal (Stiftung Solvita, 2022c). Auf dem Götschihof leben und arbeiten Menschen mit leichter bis schwerer kognitiven und körperlichen Beeinträchtigung (Stiftung Solvita, 2022a). Insgesamt hat der Götschihof etwa 62 Bewohnerinnen und Bewohner (Stiftung Solvita, 2021). In den Bereichen Küche, Wäscherei, Hausdienst, Werkgruppe, Gärtnerei und Kundengärtnerei bietet der Götschihof Arbeits- als auch Ausbildungsplätze an (Stiftung Solvita, 2022a). Bewohnerinnen und Bewohner, die keiner Arbeit nachgehen, werden stundenweise in Beschäftigungsgruppen oder direkt in der Wohngruppe bei der Herstellung von Eigenprodukten begleitet. Ausserdem findet an drei Tagen in der Woche die hauseigene Gartentherapie, auch Gartenatelier genannt, statt.

In einem Gespräch mit Volker Kessler, dem Leiter des Götschihofs, ist zu erfahren, dass es den Götschihof seit über 18 Jahren im Aeugstertal gibt. Trotz seiner abgelegten Lage zwischen zwei Bauernhöfen hat der Götschihof sich über die Zeit einen Namen gemacht und ist in der weiteren Umgebung bekannt (Volker Kessler, 28.04.2022). Jährlich wiederholende Feste tragen dazu bei, dass der Götschihof gut zu finden ist. Die Inklusion der Bewohnerinnen und Bewohner in die Gesellschaft findet durch einzelne Ausflüge in die nähergelegenen Städte statt (Volker Kessler, 28.04.2022). Ausserdem sind die Kundengärtnerinnen und -gärtner bei neuen und auch langjährigen Kundinnen und Kunden mit der Betreuung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unterwegs.

### 2.2.1 Gartenatelier im Götschihof

2018 wurde von Willi Schneebeili, dem ehemaligen Leiter der Kundengärtnerei und Sozialpädagoge im Götschihof, in Zusammenarbeit mit Martina Föhn von der ZHAW das Gartenatelier gegründet (Kessler, 2018). Das Ganze wurde durch ein Forschungsprojekt, das von der Stiftung Cerebral finanziert wurde, ins Leben gerufen. Schon seit Beginn wird dieses von den Bewohnerinnen und Bewohner sehr geschätzt. Seitdem ist der Garten gewachsen und wird auch in nächster Zukunft noch wachsen. So ist im Jahr 2020 ein rollstuhlgerechter Gartenteich fertig gestellt worden (Kessler, 2020). Nach Angaben von Volker Kessler soll das Gartenatelier als nächstes durch einen Sinngarten ergänzt werden, der Teil des Gartenateliers wird. Ellen Wulfers ist seit Januar 2022 die Leiterin des Gartenateliers.

Im Götschihof wird ein Gartenatelier durchgeführt, welches gartentherapeutische Elemente beinhaltet. Das Gartenatelier ist jedoch grundsätzlich keine Therapieform, da es zu keiner Befunderhebung mittels Assessments, Therapiedurchführung und Evaluation der erreichten Therapiezielen führt. Bei dem Gartenatelier handelt es sich um eine Beschäftigungsform. Die Gartenatelierstunden werden dennoch den Teilnehmenden angepasst und adaptiert, wenn es nötig ist.

Das Gartenatelier umfasst eine Fläche von rund 1200 m<sup>2</sup> (Stiftung Solvita, 2021). Dazu gehört der «Götschihofweg», der etwa 500 Meter lang ist und einem Bach entlangläuft. Dieser startet nach dem Überqueren des Baches oben links bei der Abbildung 1. Diesen Weg spazieren die Bewohnerinnen und Bewohner in Begleitung bei schönem Wetter oft zu Beginn des Gartenateliers. Weiter war für die Erstellung des Planes wichtig, dass durch den Garten ein Treffpunkt für die Bewohnenden und die Mitarbeitenden entstehen sollte. Der Garten durfte deshalb nicht zu weit entfernt vom Hauptgebäude entstehen. Ausserdem sollte er in diesem Fall nicht nur für das Atelier gebraucht werden, sondern auch als Erholungsraum dienen.

# Variante 2



Abbildung 1: Projektplan des Gartenateliers im Götschihof; entspricht nicht vollständig der endgültigen Umsetzung. Quelle: Annik Artho in Schlussbericht unveröffentlicht, Forschungsprojekt «Gartentherapie für Menschen mit cerebraler Behinderung», M. Föhn, ZHAW, 21.6.2021

Die Abbildung 2 zeigt Ellen Wulfers auf einem Spaziergang auf dem Götschihofweg. Weiter gibt es drei rollstuhlgerechte sowie vier rollstuhlfreundliche Hochbeete. Diese können von mindestens einer Seite mit dem Rollstuhl angefahren werden. Die Abbildung 3 zeigt im Zentrum ein rollstuhlfreundliches Hochbeet im Garten des Götschihofs. Wie in Abbildung 6 erkennbar ist, befinden sich zusätzlich noch zwei Sitzhochbeete mit Kräutern in der Nähe der anderen Hochbeete. Das 40 m<sup>2</sup> grosse Gewächshaus wird als Überwinterungsplatz von tropischen Pflanzen genutzt. Ein kleiner Teil kann aber von der Gartentherapie genutzt werden, falls das Wetter das Arbeiten draussen erschwert. Abbildung 4 zeigt ein nicht erwärmtes Treibhaus für das Gartenatelier.

Ellen Wulfers erklärte, dass die Gartentherapie ungefähr eine Stunde dauert; es wird mit zwei bis maximal vier Bewohnerinnen und Bewohnern durchgeführt. Geplant und auch geleitet wird alles von Ellen Wulfers. Zusätzlich ist noch für jede Gartenatelierstunde eine weitere Mitarbeiterin oder ein weiterer Mitarbeiter als Unterstützung dabei. Angeboten wird das Atelier an drei Tagen in der Woche. Das Gartenatelier ist sehr beliebt, wodurch das Angebot noch weiter ausgebaut werden könnte. Dies muss jedoch noch mit der Geschäftsleitung abgeklärt werden. Am Freitagnachmittag wird das Gartenatelier zusätzlich von einer externen Gruppe der Stiftung Solvita genutzt. Sie reist unter Begleitung an.



Abbildung 2: Ellen Wulfers am Spazieren mit einem Teilnehmer der Gartentherapie. Der Weg endet bei einer kleinen Sitzbank, die genutzt werden kann, um eine kurze Pause zu machen. Links neben dem Weg befindet sich der Bach, an dem verschiedene Blumen wachsen. (Quelle: A. Ackermans, 2022)



Abbildung 3: Im Vordergrund befindet sich ein für Rollstühle unterfahrbares Hochbeet, das genutzt werden kann, um verschiedene Kräuter oder Gemüse einzupflanzen. Im Hintergrund befindet sich ein weiteres rollstuhlfreundliches Hochbeet. (Quelle: A. Ackermans, 2022)

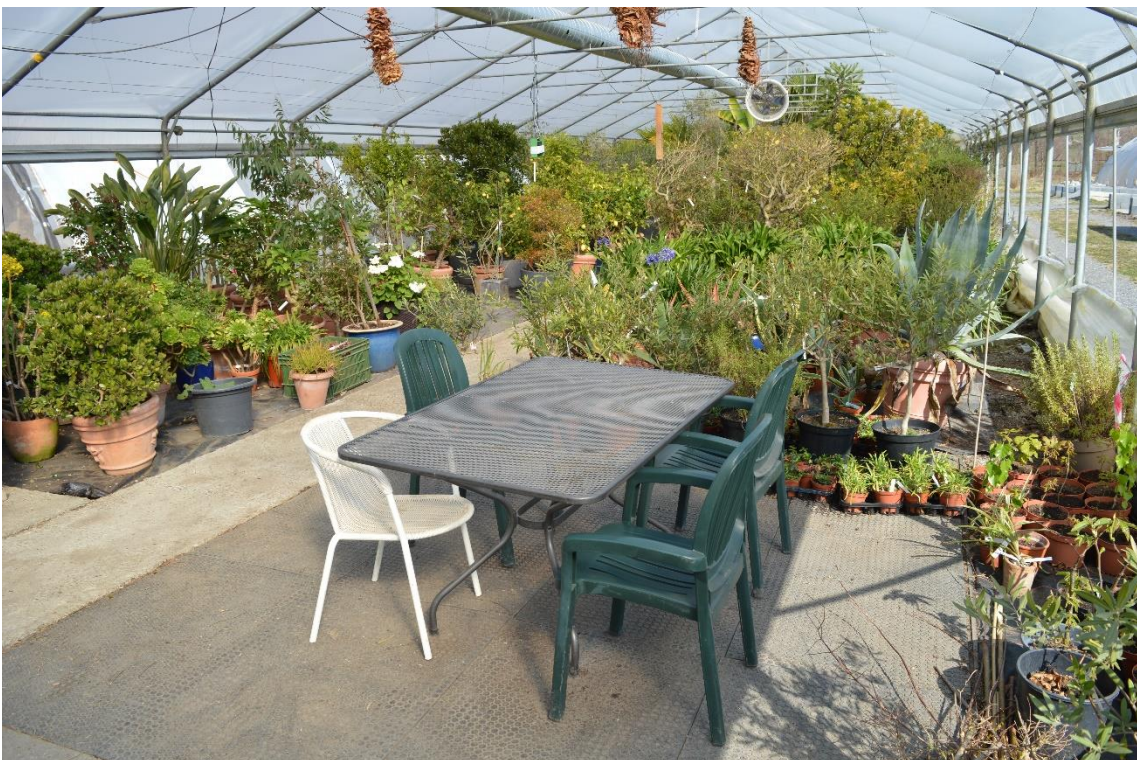


Abbildung 4: Das 40 m<sup>2</sup> grosse Gewächshaus bietet Platz für einen Tisch mit vier Stühlen. Dieses wird benutzt, wenn es draussen regnet oder stürmt. (Quelle: A. Ackermans, 2022)





Abbildung 6: Es befinden sich zusätzlich noch zwei Sitzhochbeete auf dem Areal des Göttschihofs, die für die Gartentherapie genutzt werden können. (Quelle: A. Ackermans, 2022)



Abbildung 5: Ellen Wulfers zeigt einem Bewohner die nächsten Arbeitsschritte, um den Topf mit Erde zu füllen. (Quelle: A. Ackermans, 2022)

Der Unterhalt der verschiedenen Beete erfolgt wenn möglich durch das Gartenatelier (Kessler, 2020). Da diese nicht jeden Tag stattfindet, wird das Team von der hauseigenen Gärtnerei unterstützt. Auch das Material wird zum grössten Teil von der Gärtnerei bezogen. Die Abbildung 5 zeigt Ellen Wulfers bei der Arbeit im Gartenatelier.

In der nahen Umgebung des Götschihofs befinden sich zwei Bauernhöfe. Der nahe gelegene Kuhstall wird oft auf dem Spaziergang angesteuert. Durch den gepflegten Kontakt ist der Götschihof immer wieder willkommen und man darf sich überdies auch ohne Voranmeldung frei auf dem Hof bewegen. Eine langjährige Mitarbeiterin, die als Unterstützung im Gartenatelier aushilft, erklärte, dass dies interessant für die Bewohnerinnen und Bewohner sei: Eindrücke, die nicht alltäglich sind.

## 2.3 Bestehende Konzepte

Karoline Meixner-Katzmann (2020) zeigt auf einer Seite Therapieeinheiten, die für ein Kind mit der ASS erstellt wurden. Sie geht dabei auf die Therapiedauer, den Zeitpunkt, das Thema und den inhaltlichen Ablauf ein. Es geht darum, Kräuter kennenzulernen, diese einzupflanzen und letztlich zu verwerten. Vorab wurden individuelle Richtziele und Feinziele für die Person definiert. Die Auswertung des Programmes ist nicht aufgeführt.

Barakat et al. (2019) erstellten in der Studie ein Konzept für einen Sinngarten speziell für Menschen mit ASS. Sie zeigten dabei auf, was die positiven Eigenschaften eines Gartens sind. Dabei gingen sie vor allem auf die fünf Sinne und die zwei versteckten, das Gleichgewicht und der Wahrnehmung des eigenen Körpers, ein. Es wurde lediglich auf den Entwurf und nicht auf einzelne Tätigkeiten im Garten eingegangen.

Scartazza et al. (2020) führten eine Studie durch, bei der sie zusammen mit Menschen mit ASS einen Heilgarten mit hoher Biodiversität erstellt haben. Sie gingen dabei mehr auf die verwendeten Pflanzen sowie die Auswirkungen des Arbeitens im Garten statt auf die einzelnen Tätigkeiten ein.

Li et al. (2019) führten eine Umfrage in zwei chinesischen Städten durch, um herauszufinden, wie sich die Natur auf Menschen mit ASS auswirkt. Dabei ging es nicht spezifisch um die Gartentherapie. Sie konnten aber aufzeigen, dass sich die Natur und die Umgebung für therapeutische Interventionen eignen würden. Sie beziehen sich vor allem auf die natürlichen Spielgeräten in den Parks wie Schaukeln, Rutschen oder Klettergerüste.

Menear et al. (2006) entwickelten ein Konzept für einen Spielplatz für Kinder mit ASS. Der Spielplatz verfügt unter anderem über verschiedene Rutschen und Klettergerüste, eine Sprossenleiter, eine Hängebrücke und eine Kletterwand. Neben dem Konzept wurden auch verschiedene Verwendungsmöglichkeiten aufgezeigt. Eine Auswertung der Auswirkungen auf die Kinder mit ASS wurde nicht gemacht.

Karen M. Flick (2012) führte verschiedene Tätigkeiten in der Gartentherapie auf, die gewisse Wirkungen auslösen sollten. Zum Beispiel kann ein Kind mit ASS die Erde zu Beginn mit Handschuhen und einer Schaufel berühren, damit die Stimulation der Hypersensitivität kleiner ist. Wenn sich das Kind daran gewöhnt hat, können dünnere Handschuhe oder Handschuhe mit Löchern verwendet werden. Ein anderer Punkt ist, dass durch die Gartentherapie und das Arbeiten in Gruppen die soziale Integration gefördert werden können.

Schleien et al. (1991) wählten drei Gartentherapeutische Fähigkeiten aus, die sie Menschen mit ASS beibringen wollten. Es handelte sich dabei um das Ansäen von Pflanzen, pikieren von Setzlingen und das Umtopfen der Pflanzen. Es wurden diese drei Programmpunkte ausgewählt, da diese zu den Grundfähigkeiten des Gärtners gehören und gut auf diesen aufgebaut werden kann. Nach neun Wochen zu drei Stunden Gartentherapie je Woche haben alle Teilnehmende die drei Fähigkeiten erlernt.

Gartentherapeutische Programme gibt es viele, wie die nachfolgende Auflistung an Beispielen zeigt. Denn alleine im Buch «Lehrbuch Gartentherapie» befinden sich mehrere Programmpunkte (Beck, Föhn, et al., 2020; Beck, Hofmann, et al., 2020; Vef-Georg, 2020). Auch im Buch von Gabaldo et al. (2003) werden verschiedene Aktivitäten im Garten aufgezeigt. Im Praxisbuch zeigen Niepel und Pfister (2010) in vier verschiedenen Kategorien Aktivitäten auf, die in einem Gartenatelier durchgeführt werden können. Es handelt sich dabei um die Kategorien «Gärtnerisches Handwerk», «Programme Floristik», «Pflanzenverwendung» und «Pflanzenkunde und Spiele». Haubenhofer et al. (2013) haben die Programmpunkte in die vier Jahreszeiten unterteilt. Alle diese Programme sind jedoch nicht spezifisch für mit Menschen mit ASS entwickelt worden.

## 2.4 Autismus Spektrum Störung

### 2.4.1 Symptomatik

Autismus-Spektrum-Störung gehört zu einer tiefgreifenden Entwicklungsstörung (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Diese Störung kennzeichnet sich durch drei charakteristische Merkmale aus. Das erste Merkmal bezieht sich auf die zwischenmenschlichen Aktionen, die durch den Autismus qualitativ beeinträchtigt werden. Dies bezieht sich meist auf den Blickkontakt, der auffallend nicht für die sozialen Interaktionen verwendet wird (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Zudem fehlt das Einsetzen der Mimik und Gestik in einer Interaktion mit einer bekannten oder auch fremden Person. Die gemeinsame Aufmerksamkeit kann von einer Person mit Autismus nicht aufgebaut werden. Das heisst, dass die Aufmerksamkeit zwischen einer Person mit Autismus und einer anderen Person nicht zusammen zu einem Gegenstand oder Ereignis gelenkt werden kann.

Das zweite Merkmal bezieht sich auf die Auffälligkeiten der Kommunikation (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Die meisten Personen mit ASS weisen eine Sprachentwicklungsverzögerung auf (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Dabei ist die Sprachmelodie monoton und der Rhythmus ist meist abgehackt.

Das dritte Merkmal bezieht sich auf das Verhalten, das eingeschränkt und meist wiederholend ist (Kamp-Becker & Bölte, 2014). So sind die Personen zu keinem interaktivem Spielen fähig (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Dies beruht auf dem fehlendem gemeinsamen Blickkontakt für ein Objekt.

Der Ausprägungsgrad variiert dabei stark. Die Störung kann zwar behandelt, jedoch nicht geheilt werden. Das Spektrum von Autismus ist breit und kann grob in drei Subdiagnosen eingeteilt werden (Teufel & Soll, 2021).

### 2.4.2 Der frühkindliche Autismus

Der frühkindliche Autismus wird von den Eltern meist früh bemerkt (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Auffällig ist oft der reduzierte oder auch nicht fokussierte Blickkontakt. Das Lächeln einer Bezugsperson wird ebenfalls nur selten erwidert. Für soziale Interaktionen werden die Gestik und Mimik kaum eingesetzt. Auf der einen Seite vermissen die Kinder ihre abwesenden Eltern nicht, sind aber in anderen Situationen abhängig von Personen, die sie gut kennen. Dies zeigt, dass sie trotzdem eine engere Bindung eingehen. Kinder mit frühkindlichem Autismus verhalten sich unangemessen, wenn es um Emotionen oder soziale Situationen mit anderen Menschen geht, da sie diese nicht verstehen und dadurch auch nicht einschätzen können. Wenn sie traurig sind, suchen sie auch keinen Trost.

Etwa die Hälfte der Kinder mit Autismus entwickelt keine oder eine erst verspätete kommunikative Sprache (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Die Kinder, die eine kommunikative Sprache entwickeln, reden von sich selbst meist nicht in der Ich-Form. Sie betonen Wörter ungewöhnlich, sprechen meist monoton und machen zudem grammatikalische Fehler.

Die Kinder sind eher auf funktionelles und sensomotorisches Spielen fokussiert (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Sie rotieren Spielwaren, klopfen sie aufeinander, riechen oder lecken daran. Das wird meist mehrfach wiederholend durchgeführt. Ein imaginäres Szenario bauen sie dabei nicht auf, was das Spielen mit anderen Kindern erschwert.

Veränderungen ertragen sie nicht sehr gut (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Dies bezieht sich auf Veränderung im Tagesablauf, neue Kleidungsstücke, umgestellte Möbel oder ungewohnte Speisen. Teilweise kann es sogar zu Panikzuständen kommen.

Werden Kinder mit frühkindlichem Autismus beim Namen angesprochen, reagieren sie zunächst nicht. Andererseits kann es zu einer Geräuschüberempfindlichkeit kommen. Sie stimulieren sich meist selbst durch Augenbohren oder Bewegungen mit den Händen vor den Augen. Berührungen von Personen lehnen sie meist ab, setzen sich aber in anderen Situationen fremden Personen auf den Schoss.

### 2.4.3 Das Asperger-Syndrom

Die grundsätzlichen Merkmale einer Person mit Asperger-Syndrom sind gleich wie beim frühkindlichen Autismus (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Die Personen sind in der nichtverbalen Kommunikation reduziert. Auffallend ist beim Asperger-Syndrom die monomane Beschäftigung mit einzelnen Wissensgebieten. Sie interessieren sich

meist nur für ein Thema und dies auffallend stark. Teilweise können die Personen nur noch davon sprechen und können nicht davon abgebracht werden.

Die kommunikative Sprache erlernen sie aber, anders als beim frühkindlichen Autismus, früh (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Zudem fehlt die Einschränkung der kognitiven Entwicklung. Sie fallen durch die ungewöhnliche Ausdrucksweise auf, sind aber in ihrer Intelligenz nicht auffallend anders als Personen in ihrem Alter. Durch die Ähnlichkeiten zu anderen Formen des Autismus wird die klare Differenzierung erschwert.

#### 2.4.4 Der atypische Autismus

Zum atypischen Autismus gehören die Formen des Autismus dazu, weil die Beeinträchtigung erst nach dem 3. Lebensjahr einsetzt (Kamp-Becker & Bölte, 2014). Es können sich jedoch schon früher Beeinträchtigungen im Bereich der sozialen Interaktionen oder Kommunikation zeigen, die aber in nicht ausreichender Anzahl auftauchen. Mit dem atypischen Autismus geht meist eine Intelligenzminderung einher. Aber eine genau Definition des atypischen Autismus gibt es nicht.

#### 2.4.5 Verlauf im Alter

Grundsätzlich kann gesagt werden, dass im Erwachsenenalter die Symptomatik geringer ausfällt als zur frühen Kindheit (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Dies bezieht sich auf das repetitive, stereotypische Verhalten, das leicht zurückgeht, vor allem das selbstverletzende Verhalten und die stereotypischen Bewegungsmuster. Das zwanghafte Verhalten und die Interessen bleiben hingegen über das Alter relativ stabil. Menschen mit ASS und einem Intelligenzquotienten (IQ) von über 100 weisen jedoch einen schlechteren Verlauf auf als die Menschen mit einem IQ von nur 70. Erklärbar ist dies, weil massive Ängste sowie das stereotypische Verhalten einen viel grösseren Einfluss auf den Verlauf im Alter haben als die Intelligenz. Gute kognitive und sprachliche Fähigkeiten haben aber generell einen positiven Effekt auf den Verlauf. Allgemein gesagt ist der Verlauf im Alter aber sehr variabel. Es kann gesagt werden, dass Menschen mit ASS dies das ganze Leben haben werden. Es kann jedoch zu Wandlungen im Verlauf des Alters kommen. Entscheidend für den Verlauf sind das Sprach- und das Intelligenzniveau im Alter von fünf bis sechs Jahren.

#### 2.4.6 Begleitkrankheiten

Rund zwei Drittel der Personen mit ASS weisen komorbide Symptome auf (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Dabei treten mehrfach mindestens zwei, sogar bis zu drei Symptome auf. Darunter fallen psychische als auch neurologische Symptome. Unter psychische Symptome werden Intelligenzminderungen, motorische Unruhen, Aufmerksamkeitsprobleme, Ängste, Phobien oder Depressionen verstanden. Intelligenzminderungen, Phobien, Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) und Depressionen sind dabei am häufigsten anzutreffen.

Die typischen Symptome einer kindlichen Depressionen sind allgemeine Unlust, Reizbarkeit, Unkonzentriertheit, Schlafstörungen und Rückzugsverhalten (Girsberger, 2020). Diese betreffen in erster Linie vor allem die Schulsituation. Kinder mit solchen Symptomen werden fälschlicher Weise nur mit kindlicher Depression diagnostiziert, obwohl ASS vorliegt. Dadurch sollte im Kindesalter vermehrt darauf geachtet werden.

Ängste tauchen bei Kindern mit ASS häufiger auf (Girsberger, 2020), zum Beispiel durch den erhöhten Anpassungsdruck, der zu Depressionen führen kann, oder durch die vielen Gedankengänge, die andere Kinder in diesem Alter noch gar nicht haben. Ausserdem sind sie auf wenige Personen fixiert wie die Eltern. Sind diese abwesend, kommt das Kind in einen Stress und bekommt dadurch auch Angst.

50–80 % aller Personen, die mit ASS diagnostiziert wurden, erfüllen auch die diagnostischen Kriterien von ADHS (Girsberger, 2020). Dadurch wird es schwierig zu sagen, ob es sich dabei um eine Komorbidität handelt oder einfach mit der autistischen Besonderheit häufig einhergeht. Kinder mit ADHS oder ASS können dadurch aber mit den gleichen Medikamenten behandelt werden. Bei der schulischen Integration spielt es jedoch eine Rolle, ob eine Doppeldiagnose oder nur eine einzelne Diagnose vorliegt. Kinder mit einer Doppeldiagnose sind auffälliger und schwieriger zu integrieren.

### 2.4.7 Behandlung

ASS kann nicht geheilt, jedoch therapiert werden (Girsberger, 2020; Kamp-Becker & Bölte, 2021). Je früher mit der richtigen Therapie begonnen wird, desto grösser ist die Verbesserung der Lebensqualität des betroffenen Menschen. Dies bezieht sich nicht nur auf die Person mit ASS, sondern auf das gesamte Umfeld. Genauere Ziele der Therapie sollten sich auf die Minderung der Symptomatik, den Abbau störender Verhaltensweise und die Einbeziehung der Familie und des Umfeldes in die Behandlungsmassnahmen konzentrieren (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Dadurch sollte die Person mit ASS ein möglichst eigenständiges Leben führen können und eine grosse Lebenszufriedenheit haben.

Begleitende Auffälligkeiten von ASS können durch medikamentöse Behandlung unterstützend und auch sinnvoll gemildert werden (Poustka et al., 2019). Dadurch sprechen Menschen mit ASS besser auf psychotherapeutische Massnahmen und pädagogische Förderungen an. Dies bezieht sich vor allem auf Auto- und Fremdaggression, Hyperaktivität und Stereotypien. Rund die Hälfte der Menschen mit ASS werden zusätzlich durch Komplementär- und Alternativmedizin behandelt, obwohl die Wirksamkeit noch nicht ausreichend untersucht wurde und keine klare Evidenz vorliegt (Salomone et al., 2015). Es kann überdies auch einen negativen Einfluss auf die Behandlung haben (Levy & Hyman, 2015; Rey et al., 2008).

Zur Komplementär- und Alternativmedizin gehören zum Beispiel Diäten, Hörtrainings- oder Musiktherapien (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Die Diäten beziehen sich vor allem auf den Verzicht von Gluten, Weizen, Zucker oder Milch als auch auf die Zugabe von Vitaminen oder Nahrungsergänzungsmitteln. Die positiven Einflüsse dieser Behandlungen sind jedoch nicht wissenschaftlich bewiesen (Noterdaeme et al., 2017; Nye & Brice, 2005). Die Hörtrainings umfassen das Hören von Sprache oder Musik in verschiedenen Frequenzen, was zu einer Verminderung der Geräuschempfindlichkeit führen soll (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Auch diese Methode ist nicht durch Studien belegt und wird nicht empfohlen. Mit der Musiktherapie soll durch das Hören oder Spielen von Musik das körperliche, seelische und geistige Wohlbefinden verbessert werden. Zudem soll dadurch die soziale Interaktionsfähigkeit gefördert werden. Belegt ist die Behandlung noch nicht, mehrere Studien zeigen jedoch einen positiven Einfluss auf die sozialen Interaktionen durch die Musiktherapie (Ghasemtabar et al., 2015; Gross et al., 2010; Mayer-Benarous et al., 2021).

### 2.4.8 Verbreitung von Autismus

In den letzten Jahrzehnten nahm das Interesse zum Thema ASS immer stärker zu (Chiarotti & Venerosi, 2020). Die Zunahme an Menschen mit der Diagnose ASS war so gross, dass sogar von einer «Epidemie» gesprochen wurde. Um das Jahr 1960 wurden in der Schweiz rund 4–5 Personen von 10'000 mit ASS diagnostiziert (Fombonne, 2020). Heute liegt die Verbreitung von ASS bei einem Prozent der Bevölkerung in der Schweiz. Schätzungen über die Verbreitung sind wichtig, um die zusammenhängende wirtschaftliche Belastung des Gesundheitswesens zu bestimmen (Chiarotti & Venerosi, 2020). Ausserdem werden dadurch die finanzielle Unterstützung und die Verfügbarkeit der Dienste für Personen mit ASS bereitgestellt.

Bis heute gibt es keine standardisierte Methodik, um ASS zu diagnostizieren (Chiarotti & Venerosi, 2020; Fombonne, 2001, 2018). Dies erschwert die Einschätzung der Verbreitung von Menschen mit ASS. Chiarotti und Venerosi (2020) zeigten die Verbreitung von ASS in verschiedenen Ländern. Vergleiche unter den verschiedenen Ländern sind durch die unterschiedlichen Methodiken zur Diagnostik von ASS aber nicht möglich.

Der Anstieg der Prävalenz kann durch die verbesserte Methodik zur Diagnose von ASS und durch erhöhtes Bewusstsein für ASS erklärt werden (Fombonne, 2020). Zudem werden die Diagnosen früher im Kindesalter gemacht. Ein weiterer Grund kann das hohe Alter des Vaters sein. Es ist auch plausibel, aber nicht bewiesen, dass ein Anstieg der Inzidenz stattgefunden hat.

## 3. Material und Methodik

Dieses Kapitel besteht aus einer Übersicht der Literaturrecherche für Gartentherapie-Programme für Menschen mit Autismus. Durch die Eingrenzung der Literaturrecherche wurden Konzepte für die Gartentherapie gesucht. Danach wird die methodische Entwicklung des Besuchstages, des Interview mit Ellen Wulfers und des Konzeptes erläutert. Zum Schluss werden die zwei Bewohnende des Göttschihofs vorgestellt und das Krankheitsbild dargestellt.

### 3.1 Literaturrecherche

Die Literaturrecherche beschränkte sich auf das Web of Science, Google Scholar, die Hochschulbibliothek der ZHAW und Swiscovery. Bei der Suche wurden die gleichen Schlüsselwörter auf allen Plattformen verwendet. Die Tabelle 1 zeigt eine Auflistung der gewählten Schlüsselwörter. Für ein breiteres Ergebnis wurde die Suche auf Deutsch und Englisch durchgeführt. Zudem ist Web of Science eine internationale Plattform, die teilweise keine Schlüsselwörter auf Deutsch unterstützt. Die englischen Begriffe stammen vom Buch «Lehrbuch Gartentherapie (Schneiter-Ulmann et al., 2020)».

Tabelle 1: Auflistung der Schlüsselwörter für die Literaturrecherche

| Schlüsselwörter                       |
|---------------------------------------|
| Gartentherapie                        |
| Gartentherapie Programm               |
| Gartentherapie Autismus               |
| Garten Autismus                       |
| Green Care                            |
| Therapeutic Horticulture              |
| Therapeutic Horticulture autism       |
| Horticultural therapy                 |
| Horticultural therapy programs        |
| Horticultural therapy autism          |
| Horticultural therapy autism programs |

Die Schlüsselwörter wurden so gewählt, dass die Suche zuerst unspezifisch durchgeführt und danach immer mehr spezifiziert wurde. Dies wurde im Deutschen, als auch im Englischen gleich ausgeführt. Ausserdem wurden auf die Anzahl der Ergebnisse geachtet und Schlüsselwörter mit vielen Ergebnissen spezifiziert, um ein möglichst genaues und dennoch breites Ergebnis zu erzielen.

#### 3.1.1 Bestehende Konzepte

Durch die Wahl der Schlüsselwörter wurde die Literaturrecherche so eingegrenzt, dass im Deutschen und auch im Englischen die Ergebnisse übersichtlich sind. Dies wurde einerseits mit dem Schlüsselwort «Gartentherapie Autismus» und «Horticultural therapy autism programs» erreicht. Danach wurden die Titel überprüft, ob es sich überhaupt um Gartentherapie handelt. Nach der ersten Auslese wurde das Abstract von den Arbeiten gelesen und weiter aussortiert. Danach kam die Volltextuntersuchung. Dies wurde ebenfalls auf allen vier Plattformen durchgeführt und allfällige Artikel, die auf mehreren Plattformen aufgelistet waren, wurden ignoriert. Informationen aus Artikeln, die nicht öffentlich sind, wurden mit Hilfe von dem ZHAW Login oder Sci-Hub erlangt. Sci-Hub ist eine Plattform, die mithilfe von URL oder Digital Object Identifier (DOI) von einem nicht verfügbaren Artikel versucht, den Zugang zu diesem zu vereinfachen.

### 3.2 Besuchstag

Der Autor ging an drei Tagen ins Aeugstertal zum Götschihof. Ziel dieser Besuchstage war es einerseits, die Einrichtung im Götschihof und die Programme im Gartenatelier zu sehen. Andererseits wurden die Wohngruppen der beiden Personen M. M. und C. K. besucht. Gespräche mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden geführt, um mehr Informationen über die Personen M. und C. in Erfahrung zu bringen. Ebenfalls konnte M. bei der Teilnahme im Gartenatelier beobachtet werden. Dokumentiert wurde alles mit Fotos und Notizen, die in dieser Arbeit wiedergegeben werden.

### 3.3 Interview mit Ellen

Ellen Wulfers wurde für das Interview ausgewählt, weil sie die Leitung des Gartenateliers hat und die Personen M. und C. ein wenig kennt. Ziel dieses Interviews war es, genauere Informationen zu ihrer Person, dem Gartenatelier und den Teilnehmenden M. und C. mehr zu erfahren. Die Fragen zu ihrer Person bezogen sich hauptsächlich auf ihre Grundausbildung und den Weiterbildungen. Zum Thema Gartenatelier wurden Fragen bezüglich des Vorgehens, dem allgemeinen Gartenatelier und den Tätigkeiten von M. und C. zusammengestellt. Fragen bezüglich den Personen M. und C. im Götschihof wurden als letztes aufgeführt. Das Interview fand auf dem Götschihof statt. Teilgenommen haben Ellen Wulfers und Aaron Ackermans. Im Vorfeld wurde Ellen Wulfers der Fragekatalog zugesendet. Das Interview wurde fortlaufend von Aaron Ackermans auf dem Laptop dokumentiert. Fragekatalog, Protokoll und Einverständniserklärung befinden sich im Anhang.

### 3.4 Entwicklung des Konzeptes

Wie im Theorieteil aufgezeigt wurde, muss das Konzept als Erstes den Teilnehmenden angepasst werden. Durch die Besuchstage und das Interview mit Ellen Wulfers konnten Informationen gesammelt werden, um herauszufinden, was geeignete Programmpunkte für die Personen M. und C. sind. Ebenfalls wurden die einzelnen Programmpunkte mit Ellen Wulfers besprochen und wenn nötig angepasst. Als Zweites sollte das Konzept der Institution Solvita, beziehungsweise dem Götschihof angepasst werden. Durch den Besuchstag konnten Fotos gemacht werden und die benutzbare Infrastruktur untersucht werden. Die Programmpunkte konnten so dem Götschihof, sowie den beiden Personen M. und C. angepasst werden. Für eine übersichtliche Gestaltung wurde das Programm in die vier Jahreszeiten eingeteilt. Pro Jahreszeit wurden zehn unterschiedliche Programmpunkte erstellt. Jeder einzelne Programmpunkt wird durch eine Zielsetzung eingeleitet. Danach folgen die Zielpersonen, welche an diesem Programm teilnehmen können. Da das Programm spezifisch für die Teilnehmenden M. und C. entwickelt wurde, sind diese nicht aufgelistet. Die Beschreibung dient lediglich der Übersicht für weitere Teilnehmende. Weiter werden die benötigten Materialien, sowie die Durchführung aufgeführt. Als letztes werden mögliche Wirkungen aufgelistet. Der Aufbau des gesamten Konzeptes findet sich ähnlich im Buch «Gartentherapie: Theorie-Wissenschaft-Praxis» von Haubenhofer et al. (2013) wieder.

### 3.5 Fallbeispiele

Diese Arbeit erstellt ein ganzjähriges Gartentherapie-Programm für zwei Bewohner des Götschihofs. Im folgenden Abschnitt werden ihre Diagnosen sowie ihr typisches Verhalten aufgezeigt. Das Verhalten ist eine individuelle Ansicht und muss mit Vorsicht betrachtet werden. Aus Datenschutzgründen werden die zwei Personen nur mit den Initialen des Vor- und Nachnamens und ihrem Alter beschrieben. Ziel der schriftlichen Vorstellung der zwei Bewohner liegt darin, dass Personen, die diese Arbeit lesen, einen kurzen Eindruck erhalten sollen, welche Eigenschaften die zwei Bewohner mit sich bringen.

#### 3.5.1 M. M. (40 Jahre alt)

M. ist mit ASS diagnostiziert. Das heisst, er hat eine kognitive Beeinträchtigung und in seinem Fall ist er auch kommunikativ eingeschränkt. Er versteht klare Aufforderungen und reagiert auf eine unterstützte Kommunikation. Auch erkennt er Fotos und Piktogramme. Um sich auszudrücken, arbeitet er mit Piktogrammen. Seine aktive Sprache enthält sich wiederholende Laute. Wenn er mit einer Situation nicht zufrieden ist, reagiert er mit einem Abwinken durch seine linke Hand. Er kann zur Autoaggression neigen. Die taktilkinästetische Wahrnehmung ist

reduziert was auch die Feinmotorik beeinträchtigt. Er ist sodann überempfindlich beim Hantieren mit bestimmten (weichen, diffusen) Materialien. Auch gibt es keine Einschränkungen bezüglich dem Körpertonus.

Nun werden Informationen von einem Gespräch mit dem Gruppenleiter der Wohngruppe von M. dargelegt.

Auf der Wohngruppe von M. leben insgesamt sechs altersdurchmischte Personen. Der Pflegeaufwand dieser Gruppe ist höher als bei anderen Wohngruppen im Götschihof. M. ist eher neu in dieser Wohngruppe, da er von einer anderen Destination der Stiftung Solvita in die aktuelle wechseln musste. Grund dafür war die Überforderung in der früheren Wohngruppe. Er brauchte zu viel Unterstützung im alltäglichen Leben, was personell nicht mehr tragbar war. Jetzt lebt er in der neuen Wohngruppe und teilt sich sein Zimmer mit einer anderen Person, was keine Probleme verursacht. Aaron wurde mitgeteilt, dass, wenn M. wiederholende Laute von sich gibt, das zeigt, dass er sich wohlfühlt. Wenn er sich hingegen nicht wohlfühlt oder überfordert mit einer Situation ist, kann es vorkommen, dass er zur Autoaggression neigt und sich vor allem im Bereich der Ohren verletzt. M. läuft sehr gerne und auch gut.

In den folgenden Absätzen werden die Beobachtungen von Aaron Ackermans dargelegt.

M. ist ein regelmässiger Teilnehmer der Gartentherapie und jede Woche wieder dabei. Nachdem M. von Ellen Wulfers am Haupteingang des Wohngruppentraktes abgeholt worden war, gingen sie zusammen auf einen Spaziergang auf dem Götschihofweg. Nach Meinung von Aaron ging er eher schnell und nahm nur indirekt die Umgebung wahr. Zurück auf dem Götschihof wurde Randen gesät. M. füllte nach einmaliger Erklärung von Ellen Wulfers die Erde mit der Pflanzschaufel in die Anzuchtschale. Er musste aktiv gestoppt werden, als die Schale schon fast überfüllt war. Das Andrücken der Erde wurde mit einer zweiten Anzuchtschale gemacht, dies weil M. die Erde nicht gerne berührt. Danach wird normalerweise die Schale angegossen. Darauf wurde aber verzichtet, da dies nach der Meinung von Ellen Wulfers das Berühren der Erde und der Schale für M. erschweren würde. Deshalb wurden als nächstes die Randensamen in M. Hand gelegt und von ihm mit auditiver Anweisung in der Schale verteilt. Der Randen ist ein Dunkelkeimer, weshalb M. noch eine Schicht Erde mit der Pflanzschaufel in die Anzuchtschale verteilte. Schliesslich wurde noch angegossen, was von M. und Ellen Wulfers zusammen gemacht wurde. Als zweites wurde ein Blumengesteck auseinandergenommen. Darin befanden sich auch Tannenzweige, die M. nicht gerne berührte und er sie deshalb schnell wieder aus der Hand legte. Danach hatte er der Meinung von Aaron nach genug und stand auf.

M. war auch bei der zweiten Gartentherapiestunde dabei. Ellen Wulfers überlegte sich, Sukkulenten in ein Beet zu pflanzen. M. half ihr dabei mit wiederholenden Aufforderungen. Ellen Wulfers hatte aber das Gefühl, er mache diese Arbeit nicht besonders gern. Sie entschied sich deshalb, einen grösseren Spaziergang mit ihm zu machen. Seine Körperhaltung zeigte, dass er glücklich über diesen Entscheid war.

### 3.5.2 C. K. (20 Jahre alt)

C. ist wie M. mit ASS diagnostiziert worden. Dazu leidet er unter dem seltenen Kleefstra-Syndrom, eine genetische Störung mit den Hauptmerkmalen geistige Behinderung, Muskelhypotonie und stark verzögerter Sprachentwicklung. Durch diese Krankheit kommuniziert C. mit Hilfe von Bildern und bildet kurze Sätze. Zusätzlich braucht er die Porta-Gebärden als Unterstützung. Die Muttersprache ist flämisch, was die sprachliche Kommunikation zusätzlich erschwert. Die Grobmotorik ist nicht eingeschränkt, jedoch die Feinmotorik. Für die Feinmotorik verwendet er den Pinzettengriff, wobei die Fingerbeeren des Daumens und Zeigefingers zusammengedrückt werden. Er hat Angst vor Pelztieren sowie dem Bus, Zug und der Seilbahn zu fahren. Zur Beruhigung kann er am Arm oder auf der Hand gestreichelt werden. Leises Sprechen kann zum gleichen Erfolg führen. C. liebt es, Musik zu hören und hat grosses Interesse an Autos. Zudem schaukelt, spaziert und springt (auf dem Trampoline) er gerne. Ausserdem hat er eine Pollenallergie. C. kann 20 Minuten selbständig arbeiten.

Nun werden Informationen von einem Gespräch mit der Gruppenleiterin der Wohngruppe von C. dargelegt.

Die Wohngruppe von C. besteht aus fünf Personen. Er ist dabei mit Abstand der jüngste. Die Wohngruppe von C. besteht aus Personen, die weniger pflegebedürftig sind als jene der Wohngruppe von M. – C. teilte sich, als er neu im Götschihof ankam, ein Zimmer mit einer anderen Person. Dies sei jedoch nicht mehr möglich, da er am Tag als auch in der Nacht laut werden kann und teilweise aggressiv gegenüber anderen Personen wird. Zudem geht er meist früh ins Bett und ist deswegen auch früh am Morgen schon wach und macht hörbare Geräusche im



Gang. C. verbringt viel Zeit bei den Eltern und geht deshalb auch unter der Woche sporadisch nach Hause. Dies bringt eine gewisse Unruhe mit sich, was auch die Wohngruppe spürt. C. hat eine Sensorik-Kiste in seinem Zimmer, die mit Verpackungsmaterial gefüllt ist. Diese taktilen Stimulationen wirken beruhigen auf ihn. Er braucht viel Unterhaltung. Falls dies nicht gegeben ist, stört er andere Personen. Er kann eine Situation verweigern, in dem er stehen bleibt und sich nicht mehr bewegt. Sind es alltäglich notwendige Situationen, können diese durch Training verbessert werden.

## 4. Ergebnisse

In diesem Kapitel wird das Ergebnis der Literaturrecherche in einer Tabelle aufgezeigt. Des Weiteren sind die Beobachtungen der Besuchstage dargelegt. Als nächstes wird das Interview in einer thematische Analyse erläutert. Ausserdem findet sich das Konzept für die Gartentherapie für die zwei Bewohnenden des Götschihofs in den Ergebnissen wieder. Dies ist unterteilt in vier Jahreszeiten. Dabei werden die verschiedenen Ideen dargelegt und mit Literatur reflektiert, um aufzuzeigen, warum dies eine gutes Programm für sie ist.

### 4.1 Literaturrecherche

In der unten aufgeführten Tabelle 2 sind die Suchergebnisse der einzelnen Schlüsselwörter aufgelistet. Die unterschiedlichen Plattformen wurden übersichtshalber farbig eingefärbt. Auf der Plattform Google Scholar wurden die meisten Suchergebnisse über alle Schlüsselwörter gefunden. Die Suchergebnisse auf den Plattformen ZHAW Hochschulbibliothek und Swiscovery erzielten über alle Schlüsselwörter fast gleich viele Ergebnisse. Swiscovery erzielte dabei bei allen Schlüsselwörtern gleichviel oder mehr Ergebnisse als die Hochschulbibliothek der ZHAW.

Tabelle 2: Es werden die Ergebnisse der einzelnen Schlüsselwörter auf den vier verschiedenen Plattformen aufgezeigt. Konnte durch ein Schlüsselwort kein Ergebnis gefunden werden, wurde das mit einem «-» gekennzeichnet.

| Plattform                             | Web of Science | Google Scholar | ZHAW      | Swiscovery |
|---------------------------------------|----------------|----------------|-----------|------------|
| <b>Schlüsselwort</b>                  |                |                |           |            |
| Gartentherapie                        | -              | 575            | 92        | 106        |
| Gartentherapie Programm               | -              | 171            | 27        | 27         |
| Gartentherapie Autismus               | -              | 45             | 4         | 4          |
| Garten Autismus                       | -              | 3'090          | 308       | 312        |
| Green Care                            | 23'267         | 5'320'000      | 1'639'030 | 1'640'436  |
| Therapeutic Horticulture              | 767            | 323'000        | 5'834     | 5'861      |
| Therapeutic Horticulture autism       | -              | 3'070          | 109       | 109        |
| Horticultural therapy                 | 762            | 589'000        | 5'039     | 5'073      |
| Horticultural therapy programs        | 233            | 25'200         | 2'734     | 2'736      |
| Horticultural therapy autism          | 1              | 2'990          | 129       | 130        |
| Horticultural therapy autism programs | -              | 2'150          | 99        | 99         |

Green Care erzielte bei der Suche die meisten Ergebnisse auf allen vier Plattformen. Die Schlüsselwörter Therapeutic Horticulture und Horticultural therapy erzielten fast gleich viele Ergebnisse. Da laut der Definition Horticultural therapy mehr der Gartentherapie ähnelt, fand die Spezifizierung mit diesem Wort statt. Mit den Schlüsselwörtern auf Deutsch wurden auf diesen zwei Plattformen keine oder nur wenige Ergebnisse erzielt.

### 4.2 Besuchstag

Im folgenden Abschnitt werden die Beobachtungen von Aaron sowie Informationen von Gesprächen mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aufgeführt. Beobachtungen von Aaron Ackermans werden als diese gekennzeichnet. Handelt es sich um Beobachtungen oder Informationen von Mitarbeitenden, werden diese ebenfalls so beschrieben. Da der Datenschutz gewährleistet ist, werden gewisse Personen nicht beim Namen genannt, sondern als Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und ihrer jeweiligen Anstellung aufgeführt. Teilnehmende des Gartenateliers werden mit Pseudonamen beschrieben.

Aaron wurde von einer Mitarbeiterin, die die Ausbildung zur Gärtnerin an einem geschützten Arbeitsplatz abgeschlossen hat und nun in der Gärtnerei arbeitet, durch den Hofladen und die Gärtnerei geführt. Sie zeigte

ihm verschiedene Produkte, die die Gärtnerei produziert oder dazukaft. Ausserdem findet jeden Frühling ein Markt statt, an dem diese Produkte verkauft werden. Die Mitarbeiterin gehört zudem zum Unterhaltsteam des Gartenateliers. Zum Schluss wurde noch die hauseigene Kompostieranlage gezeigt, die ebenfalls zu ihrem Tätigkeitsbereich gehört. Der Kompost wird nach Fertigstellung wieder auf den eigenen Beeten eingesetzt.

Die Wege zu den einzelnen Beeten sind rollstuhlfreundlich, müssen aber teilweise durch Umwege angefahren werden. Nach der Besichtigung des Gartenateliers durfte Aaron zwei Wohngruppen besichtigen. Informationen und Beobachtungen dazu werden im Abschnitt 3.5 beschrieben. Für die erste der beiden Gartenatelierstunden war geplant, Randen in einer Anzuchtschale zu säen. Die Vorbereitung bestand aus dem Bereitstellen der Materialien. Die Erde wurde in einen Topfuntersetzer geleert, was die Erreichbarkeit vereinfachen sollte. Dazu kamen eine Pflanzschaufel, die Anzuchtschale, die Randensamen und eine Giesskanne mit Wasser. Der Ablauf und die Beobachtungen werden im Abschnitt 3.5.1 beschrieben.

Zu Beginn der zweiten Gartenatelierstunde wurde ein kleiner Spaziergang auf dem «Götschihofweg» gemacht. Es waren zwei Personen, Herr Müller und Herr Pfeiffer, dabei, welche im Rollstuhl sitzen. Für die restliche Zeit war geplant, ein Hochbeet vom Unkraut zu befreien. Da die Hochbeete rollstuhlfreundlich oder sogar rollstuhlgerecht sind, konnten Herr Müller und Herr Pfeiffer der gleichen Tätigkeit nachgehen wie die restlichen Teilnehmenden. Nach rund 20 Minuten äusserten sich aber Herr Müller und Herr Pfeiffer, dass sie lieber etwas spazieren möchten. So teilte sich die Gruppe auf und sie spazierten zum nahegelegenen Bauernhof. Eine Mitarbeiterin, die als Springerin im Götschihof tätig ist und Ellen Wulfers im Gartenatelier unterstützen, erklärte Aaron, dass es schön sei, dass die Teilnehmenden alles ausprobieren dürfen, jedoch nichts machen müssen.

Für den zweiten Besuchstag änderte sich kurzfristig die Konstellation der Teilnehmenden. Grund dafür war ein positiver Coronafall in einer Wohngruppe, weshalb sich die ganze Gruppe in Isolation begeben musste. Dies war für Ellen Wulfers kein Problem; sie nahm die Änderungen gelassen hin. Geplant war, dass dünne Äste für ein Bienenhotel zugeschnitten werden sollten. Für das Halbieren der Äste gab es eine spezielle Gartenschere, die längere Hebel hat, wodurch die Hebelwirkung vergrössert wird. Ausserdem ist die Gartenschere an einer kleinen Holzplatte festgebunden, die mehr Halt verspricht und somit das Werkzeug einhändig bedient werden kann. Der Teilnehmer, Herr Fuerst, war in seiner Motorik eingeschränkt, wodurch er seine Arme nicht frei bewegen konnte. Ellen Wulfers nutze den Moment und änderte das Programm des Gartenateliers kurzerhand um in eine Physiotherapiestunde. Sie sagte dazu, dass nicht das Ergebnis zähle, sondern der Prozess.

Ein Teilnehmer des Gartenateliers, Herr Schmid, mag vor allem die Stimulation der auditiven Wahrnehmung. Dafür bekam er eine kleine Giesskanne, die mit einem Stein gefüllt war, in den Mund. Dies ergibt eine auditive und taktilkinästetische Stimulation. Weiterhin besitzt das Gartenatelier eine Kiste mit verschiedenen Rasseln, die in Abbildung 7 abgebildet sind. Diese brauchte Herr Schmid selber oder es wurde für ihn gerasselt. Die Rasseln gaben durch das Schütteln unterschiedliche Geräusche von sich. Ebenfalls wurde dadurch die taktile Wahrnehmung gefördert, da alle Rasseln eine andere Oberfläche oder Struktur aufweisen.



Abbildung 7: Kiste mit natürlichen und selbst gebastelten Rasseln für die Förderung der auditiven Wahrnehmung. (Quelle: A. Ackermans, 2022)

### 4.3 Interview mit Ellen Wulfers

Ellen Wulfers erhielt die Fragen einen Tag vor dem Interview. Dadurch konnte sie sich etwas vorbereiten und gewisse Daten nachschlagen. Das Interview dauerte ungefähr 30 Minuten. Aaron Ackermans schrieb das Protokoll, das noch am selben Abend Ellen Wulfers zum Gegenlesen gesendet wurde. Im nächsten Abschnitt wird das Interview in einer thematischen Analyse wiedergegeben. Im ersten Teil geht es um die Interviewte Person Ellen Wulfers. Der zweite Teil bringt Informationen zum Gartenatelier im Götschihof. Der dritte und letzte Teil handelt um die Personen M. und C. Die Quellenangaben beziehen sich auf das Protokoll im Anhang.

#### 4.3.1 Thematische Analyse des Interviews

Ellen Wulfers hat eine Grundausbildung in Physiotherapie und Kinderphysiotherapie gemacht (1.a). Allgemeine Weiterbildungen hat sie im Bereich der Sensorischen Integration nach JEAN AYRES und in Richtung ASS gemacht (1.b). Weiterhin hat sie die gartentherapeutische Ausbildung an der ZHAW absolviert (1.c). Im Bereich der Heilpflanzen und der Phytotherapie hat sie eine Weiterbildung in Freiburg gemacht. Weiterhin hat sie ein CAS in Ethnobotanik und -medizin an der Universität Zürich bewältigt.

Der Einstieg über das Thema Gartenatelier (GA) verlief über die Frage, wie sich die Teilnehmenden für das GA anmelden können. Ellen Wulfers erklärte, dass dies noch mit den Anfängen vom GA zusammenhängt (2.a). Damals wurde mit den Wohngruppen und den Bewohnerinnen und Bewohnern geschaut, wer Interesse hat am GA teilzunehmen. Ausserdem haben sie Bewohnerinnen und Bewohner, die keine Selbstinitiative zeigten, aber geeignet wären fürs GA, angemeldet. Die Angemeldeten können sich wöchentlich, bis es nicht mehr geht, am GA teilnehmen. Sie können sich aber auch abmelden.

Weiter ging Ellen Wulfers auf die Vorbereitung des GA ein. Als Erstes achtet sie auf die Wetterprognosen (2.b). Bei schlechtem Wetter kann das Treibhaus genutzt werden, jedoch muss sie das Programm anpassen. Als Zweites überlegt sie sich, was mit den einzelnen Teilnehmenden motorisch möglich ist. Ebenfalls achtet sie auf die Saisonalität und was für Arbeiten als nächstes im Garten anstehen. Produzieren muss sie allerdings nichts.

Wichtig bei der Planung ist, dass sich die Teilnehmende nicht selbst oder andere verletzen können, erklärte Ellen Wulfers, sei dies mit Gartenwerkzeug oder Pflanzenmaterialien. Bei der Benutzung von Pflanzenmaterialien wird auf zu starke Gerüche verzichtet, da dies zu einer Reizüberflutung führen kann. Ein alternatives Programm hat Ellen Wulfers immer im Hinterkopf (2.c).

Dass es ein GA wird und keine Gartentherapie, das war schon von Beginn an klar, erklärte Ellen Wulfers auf die Frage, warum denn keine klassische Gartentherapie betrieben wird (2.i). Auch dies wurde durch den ehemaligen Leiter Willi Schneebeili mitentschieden, denn für ihn stand nicht die therapeutische Beschäftigung im Vordergrund, sondern das beim Beisammensein im Garten.

Die Personen M. und C. waren bereits ein paar Mal im GA bei Ellen Wulfers (2.d, 2.f). Mit beiden hat sie schon Samen gesät. Weiter hat sie mit beiden schon am Hochbeet gearbeitet. Jedoch mögen beide die Bewegung auf einem Spaziergang (2.e,2.g). C. sitzt auch gerne am Tisch und schaut bei anderen Teilnehmenden ab, wie sie die Arbeit verrichten.

Im Winter ist das GA etwas eingeschränkt, da die Vegetationsperiode vorbei ist. Ellen Wulfers erläuterte aber mit mehreren Beispielen, dass auch im Winter viel gemacht werden kann in der Natur. Ein Beispiel wäre das Herstellen von Vogelfutter (2.h). Weiter könnten Blätter oder Nüsse gesammelt und auf einen Draht gefädelt werden. Auch das Flechten mit Weidenabschnitten wäre nach Ellen Wulfers ein gutes Programm für den Winter. Es können aber auch nur Teilschritte von den Ideen in einer GA-Session gemacht werden, erklärte Ellen Wulfers.

Zu den Personen M. und C. konnte Ellen Wulfers das Datum des Eintritts im Götschihof in Erfahrung bringen. M. ist bereits seit dem Oktober 2001 und C. erst seit dem August 2020 am Götschihof (3.a, 3.b). Die beiden Personen wurden für das Programm ausgewählt, weil sie beide eine klare ASS-Diagnose haben (3.c). Es gäbe auch noch andere Personen, die mit ASS diagnostiziert sind, jedoch nur als Nebendiagnose. Beide sind wöchentlich, mit Ausnahmen, im GA (3.d). Ellen Wulfers hat sich, trotz nicht bestehenden Voraussetzungen, eigene therapeutische Zielsetzungen für M. und C. überlegt (3.e). Einerseits möchte sie die Konzentrationsspanne von beiden verlängern. Das heisst, dass sie länger konzentriert und aufmerksam einer Tätigkeit nachgehen können. Andererseits fände sie es schön, wenn M. und C. verstehen würden, dass zu unterschiedlichen Jahreszeiten auch verschiedene Arbeiten im Garten anstehen. Zum Abschluss des Interviews sagte sie noch, dass es schön wäre, wenn sie die taktile Abwehr etwas abbauen könnten, aber es sei ihr genauso wichtig, dass sie gerne ins GA kommen und Freude an den Tätigkeiten und am Draussen Sein haben.

### 4.4 Gartentherapeutische Programme

Im nachfolgenden Abschnitt wird das erstellte Konzept dargelegt. Die Programmpunkte wurden in die vier Jahreszeiten unterteilt, welches in der Tabelle 3 ersichtlich wird. Teilweise ist es ein fließender Übergang der einzelnen Punkte. Die einzelnen Ideen werden durch eine Zielsetzung eingeleitet. Danach werden die Zielperson, das Material, die Durchführung und die möglichen Wirkungen beschrieben. Der Zeitaufwand pro Punkt liegt bei einer Stunde, kann aber von Punkt zu Punkt stark variieren. Durch mehrere Durchgänge oder das Zusammensetzen der Programme kann diese Ungleichheit behoben werden.

Tabelle 3: Eine Übersicht der Programmpunkte sortiert nach den Jahreszeiten. Pro Jahreszeit sind es zehn Punkte.

|                 |                                   |                                       |
|-----------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Frühling</b> | - Pflanzenaussaat (Anzuchtschale) | - Windrad basteln                     |
|                 | - Pikieren der Keimlinge          | - Pflanzen giessen                    |
|                 | - Kompost herstellen              | - Zimmerpflanzen vermehren            |
|                 | - Setzlinge in die Erde pflanzen  | - Nisthilfe für Wildbienen bauen      |
|                 | - Blumenwiese ansäen              | - Osternest herstellen                |
| <b>Sommer</b>   | - Hängematte/Hängesitz schaukeln  | - Gewürzmischung herstellen           |
|                 | - Erlebnis rund um den Teich      | - Früchte erleben                     |
|                 | - Kräuter/Früchte ernten          | - Blumenstrauss erstellen             |
|                 | - Kräuter trocknen                | - Malen mit Pflanzenfarbe             |
|                 | - Teemischung herstellen          | - Wasser erleben                      |
| <b>Herbst</b>   | - Laubhaufen erstellen            | - Äste zerschneiden                   |
|                 | - Steinhaufen/Asthaufen           | - Blumenzwiebeln pflanzen             |
|                 | - Feuer machen                    | - Vogelfutter herstellen              |
|                 | - Windspiel basteln               | - Saatgut Aufbereitung                |
|                 | - Kürbis aushöhlen                | - Früchte trocknen                    |
| <b>Winter</b>   | - Schnee erleben                  | - Weihnachtsbaum schmücken            |
|                 | - Winterspaziergang               | - Weihnachtsbaum abmontieren          |
|                 | - Möhren ansäen                   | - Flechten                            |
|                 | - Adventskranz                    | - Rassel mit Naturmaterialien basteln |
|                 | - Weihnachtskugel dekorieren      | - Punsch trinken                      |

#### 4.4.1 Gartentherapeutische Programme für den Frühling

##### **Pflanzenaussaat (Anzuchtschale)**

###### Zielsetzung

Das Berühren der Erde könnte bei gewissen Teilnehmenden zu einer Reizüberflutung kommen, da Menschen mit ASS des Öfteren unter Hyper- oder Hyposensibilität leiden (Flick, 2012). Um die Stimulierung zu trainieren, können die Teilnehmenden Handschuhe tragen, die immer dünner werden oder Löcher haben. Dadurch kann die Hypersensitivität trainiert werden.

###### Zielperson

Die Personen für dieses Programm sollten keine Beeinträchtigung der Feinmotorik haben, da die Samen meist sehr klein sind. Dank Unterstützung können aber auch Personen mit eingeschränkter Feinmotorik an diesem Programm teilnehmen. Auch sollte das Sehvermögen nicht zu stark beeinträchtigt sein.

###### Material

- Samen
- Anzuchtschale
- Aussaaterde
- Pflanzenschaufel
- Giesskanne
- Etiketten
- Druckplatte
- Zerstäuber
- (Teller)
- (Easy Grip Pinzette)
- (Schablone)
- (Zimmergewächshaus)

###### Durchführung

Als Erstes wird die Anzuchtschale mit der Aussaaterde zu zwei Drittel gefüllt. Dies kann von Hand oder auch mit einer kleinen Pflanzenschaufel gemacht werden. Als Zweites sollte die Erde etwas abgedrückt werden, was von Hand oder mit einer Druckplatte gemacht werden kann. Eine zweite Anzuchtschale kann ebenfalls als Druckplatte umfunktioniert werden. Danach sollte die gefüllte Schale mit der Aussaaterde angegossen werden. Dies kann auch erst am Ende gemacht werden, wenn dies die Berührungängste fördert. Die Samen können von Hand aus der Packung oder direkt aus der Packung auf die Erde verteilt werden. Müssen die Samen einen gewissen Abstand zueinander haben und sie deshalb genauer verteilt werden müssen, kann dies mit einer Schablone gemacht werden. Eine andere Möglichkeit wäre es, mit dem Pinzettengriff die Samen einzeln von einem Teller auf der Erde zu verteilen. Personen, die Schwierigkeiten mit dem Pinzettengriff haben, können als Alternative eine Easy Grip Pinzette als Unterstützung verwenden. Je nach Pflanzenart werden die Samen mit einer dünnen Schicht Aussaaterde zugedeckt (Dunkelkeimer). Wenn vor dem Verteilen der Samen nicht angegossen worden ist, muss dies nun getan werden. Dies kann mit einer kleinen Giesskanne mit einer feinen Brause gemacht werden.

Als letztes sollte die Anzuchtschale mit einer Etikette versehen werden. Auf dieser sollte der Name der Pflanzenart sowie das Datum des Ansäens stehen. Als Zusatz kann der Name der Person, die diese Anzuchtschale gefüllt hat, noch dazu geschrieben werden.

Nach Abschluss sollte die Anzuchtschale täglich mit einem Zerstäuber und lauwarmen Wasser befeuchtet werden. Durch das Verwenden eines Zimmergewächshauses fällt das tägliche Befeuchten weg. Wenn die Keimlinge etwa zwei bis drei Zentimeter gross sind, können diese in grössere Töpfe pikiert werden. Dies wird im nächsten Absatz **Pikieren der Keimlinge** genauer erläutert.

###### Mögliche Wirkungen

- Förderung der Feinmotorik durch das gezielte Verteilen der Samen

- Zeitliche Orientierung anregen, da die Pflanzen jeden Tag grösser werden
- Wahrnehmung der Entstehung des Lebens einer Pflanze
- Wird das Etikett selbst beschrieben, so werden auch das Schreiben und Lesen gefördert
- Anregung der visuellen Wahrnehmung durch die verschiedenen Materialien und unterschiedlichen Pflanzensamen
- Anregung der haptischen Wahrnehmung durch das Arbeiten mit unterschiedlichem Material, weich oder hart, Metall oder Plastik.
- Anregung des Geruchsinnens durch die unterschiedlichen Samen oder der trockenen oder feuchten Erde

### **Pikieren der Keimlinge**

#### Zielsetzung

Durch das Pikieren der Keimlinge können feinmotorische Fähigkeiten erlernt oder verbessert werden (Etherington, 2012). Zudem werden die Informationen über die Nahsinne besser aufgenommen und verarbeitet (Häußler, 2016).

#### Zielperson

Die Personen für dieses Programm sollten keine Beeinträchtigung der Feinmotorik haben, da die Pflanzen noch sehr klein und fein sind. Durch Unterstützung oder längeres Warten, bis die Pflanzen grösser sind, können auch Personen mit eingeschränkter Feinmotorik an diesem Programm teilnehmen. Auch sollte das Sehvermögen nicht zu stark beeinträchtigt sein.

#### Material

- Pflanzentöpfe (Durchmesser ca. 12 cm)
- Erde
- Giesskanne/Zerstäuber
- Pflanzen zum Pikieren
- Pflanzenschaufel
- Pikierholz/-stab
- Etikett

#### Durchführung

Zu Beginn werden die Pflanzentöpfe mit Erde zu drei Viertel gefüllt. Danach wird mit dem Pikierholz ein etwa vier Zentimeter tiefes und zwei Zentimeter breites Loch in die Erde gestochen. Am besten wird das Pikierholz zu vier Zentimeter in die Erde gesteckt, was die Tiefe des Loches vorgibt. Mit Kreisbewegungen wird dieses Loch dann breiter gemacht. Nun ist der Topf vorbereitet und es muss der Keimling vorbereitet werden.

Zur Vorbereitung der Keimlinge wird die Anzuchtschale mit der gewünschten Pflanzenart vor sich hingestellt. Der nächste Schritt erfordert etwas Feingefühl, sofern die Samen beim Säen nahe aneinandergelegt wurden. Mit Hilfe des Pikierholzes können die einzelnen Keimlinge getrennt werden und mit der Wurzel aus der Anzuchtschale genommen werden. Wichtig dabei ist, dass die Hauptwurzeln möglichst vollständig am Keimling bleiben.

Bevor der Keimling in den vorbereiteten Topf gegeben werden kann, sollten zuerst die Wurzelhaare etwas gekürzt werden, wodurch das Wurzelwachstum gefördert wird. Das Kürzen der Wurzel kann mit den Fingern gemacht werden. Danach kann der Keimling in das Loch gepflanzt werden. Die Wurzeln sollten dabei nicht nach oben schauen, weil sie sonst nicht mehr wachsen. Ist der Keimling im Topf, kann das Loch mit Erde aufgefüllt und etwas angegedrückt werden. Letztlich sollten die Erde noch angegossen und der Topf angeschrieben werden.

Die fertigen Töpfe sollten an einen sonnigen Platz gestellt und täglich mit einem Zerstäuber benässt werden. Die Keimlinge werden in dieser Zeit zu einem Setzling und können danach in die Erde gesetzt werden. Dies wird im Absatz **Setzlinge in die Erde pflanzen** beschrieben.

#### Mögliche Wirkung

- Förderung der Feinmotorik durch das gezielte Herausnehmen der Keimlinge und das Kürzen der Wurzel



- Zeitliche Orientierung anregen, da die Pflanzen jeden Tag grösser werden
- Wird das Etikett selbst beschrieben, wird auch das Schreiben und Lesen gefördert
- Anregung der haptischen Wahrnehmung durch das Arbeiten mit unterschiedlichem Material, weich oder hart, Metall oder Plastik.
- Anregung der visuellen Wahrnehmung durch die verschiedenen Materialien und den unterschiedlichen Keimlingen
- Das Fokussieren auf eine gewisse Arbeit erfordert die ganze Aufmerksamkeit

## **Kompost herstellen**

### Zielsetzung

Die Konzentrationsspanne von Menschen mit ASS ist für gewisse Tätigkeiten verkürzt (Häußler, 2016). Durch die Zeit im Garten kann diese verbessert werden (Li et al., 2019). Depressionen können durch die Arbeit im Garten ebenfalls verbessert werden (Flick, 2012).

### Zielperson

Diese Aktivität wird mit Hilfe eines Siebes durchgeführt. Dies erfordert gute motorische Fähigkeiten (Grobmotorik), denn das Sieb muss durch Vor- und Rückwärtsbewegungen bedient werden, es sei denn die Person sei genug mobil, um mit einer Schaufel hantieren zu können.

### Material

- Sieb (Holzrahmen mit Maschendraht)
- Schaufel
- Schubkarre
- Handschuhe
- Kompost
- Blache
- Breites Becken

### Durchführung

Das Sieb wird installiert mit einem breiten Becken darunter, das die Erde, die durch das Sieb fällt, auffängt. Daneben sollte eine Blache auf den Boden gelegt werden, die die grösseren Stücke auffängt.

Der hofeigene Kompost wird mit einer Schaufel auf die Schubkarre befördert. Durch die wiederholende Bewegung können durch den Stiel der Schaufel Blasen auf der Hand entstehen, weshalb das Tragen von Handschuhen empfohlen wird. Wenn die Schubkarre gefüllt ist, wird diese zum Sieb transportiert. Mit der Schaufel wird ein Teil des Kompostes auf das Sieb gegeben. Der Kompost wird durch Vor- und Rückwärtsbewegungen gesiebt. Dieser Vorgang wird wiederholt, bis die Schubkarre leer ist. Der gesamte Vorgang kann beliebig oft wiederholt werden.

Die gesiebte Erde wird zu der Sammelstelle der restlichen Erde transportiert. Die zu grossen Stücke werden im Grüncontainer entsorgt. Die Schubkarre, die Schaufel, die Blache und das Becken sollten nach der Verwendung mit einem Schlauch gereinigt werden. Auch das Sieb sollte mit Wasser gereinigt und verkeilte Stücke im Sieb entfernt werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der motorischen Fähigkeiten
- Förderung der haptischen Wahrnehmung durch das Schaufeln des Kompostes (Reibung auf der Handfläche)
- Verbesserung der Ausdauer durch die anstrengende Arbeit
- Erfolgserlebnis fördern durch visuellen, schnellen Erfolg
- Förderung der olfaktorischen Wahrnehmung durch die verschiedenen Gerüche des Kompostes
- Soziale Kompetenzen werden durch die nahe Zusammenarbeit gefördert
- Anregung der visuellen Wahrnehmung durch das ständige Bewegen des Siebes

## Setzlinge in die Erde pflanzen

### Zielsetzung

Durch das Pflanzen von Setzlingen können die feinmotorischen Fähigkeiten verbessert werden (Hebert, 2003). Zudem kann die Person direkt in den Lebenszyklus der Natur eingreifen, was Stress abbauen kann (Barakat et al., 2019; Hebert, 2003).

### Zielperson

Die Setzlinge können einerseits in die für Rollstühle unterfahrbaren Hochbeete oder in die Sitzhochbeete gepflanzt werden. Je nach Wahl müssen die Zielpersonen mobiler sein. Für das Einsetzen der Setzlinge sollten die Zielpersonen über eine gute Feinmotorik verfügen, da die einzelnen Setzlinge vorsichtig in die Erde gesetzt werden müssen.

### Material

- Kompost
- Gartenwerkzeug
  - o Pflanzenschaufel
  - o Doppelkopf-Hacke
  - o Handschlepprechen
- Setzlinge
- Giesskanne
- Gartenhandschuhe
- Kessel (fürs Unkraut)
- (Gartenschere)

### Durchführung

Als erstes müssen die Setzlinge ausgewählt werden, die in die Beete gepflanzt werden sollen. Dies kann vorab oder auch mit den Teilnehmenden gemacht werden. Die ausgewählten Setzlinge sollten von abgebrochenen oder gelben Blättern befreit werden. Diese Arbeit kann von Hand oder mit einer Gartenschere gemacht werden.

Die verschiedenen Beete müssen, bevor die neuen Pflanzen eingesetzt werden, gut vorbereitet sein. Allfälliger Wildwuchs muss entfernt werden. Dies funktioniert am besten mit der Pflanzenschaufel, der Doppelkopf-Hacke oder dem Handschlepprechen. Danach sollten die Beete tiefgründig gelockert werden, damit die Setzlinge ein gutes Wurzelwerk entwickeln. Der Nährstoffbedarf ist von Pflanze zu Pflanze unterschiedlich, was im Vorfeld nachgelesen werden sollte. Dies kann die folgende Kompostgabe beeinflussen. Der Kompost sollte unter die Erde von den Beeten gemischt werden. Am Ende muss die Oberfläche planiert werden.

Beim Einsetzen der Setzlinge muss darauf geachtet werden, was für eine Pflanze es ist und wie viel Platz diese benötigt. Verschiedenes Gemüse braucht eher viel Platz, Zierpflanzen können auch näher aneinander eingesetzt werden. Ausserdem ist zu beachten, wer die Nachbarin oder Nachbar ist, denn gewisse Pflanzen vertragen sich nicht. Für eine gute Übersicht können die Setzlinge in den Töpfen auf die Erde gestellt werden.

Sind die Setzlinge verteilt, kann eingepflanzt werden. Wenn es von der Mobilität der Teilnehmenden her geht, sollte im Hintergrund begonnen werden. Der Setzling wird auf die Seite gestellt und ein Loch gegraben. Das Loch muss so gross sein, dass der Setzling Platz hat. Ist das Loch vorbereitet, können der Setzling vorsichtig aus dem Topf genommen und die Wurzel etwas abgekürzt werden. Dann kann er ins Loch gesetzt und mit Erde zugedeckt werden. Die Erde sollte etwas angepresst werden. Am Schluss müssen die frischen Setzlinge angegossen werden.

Das Aufräumen und Reinigen der Gartenwerkzeuge kann mit oder auch ohne die Teilnehmenden gemacht werden. Die Gartenwerkzeuge sollten mit Wasser abgespritzt und danach versorgt werden. Die Töpfe, in denen die Setzlinge waren, können eingesammelt und im nächsten Jahr wieder verwendet werden.

### Mögliche Wirkung

- Durch die unterschiedlichen Strukturen der Erde gibt es unterschiedliche taktile Stimulationen

- Förderung der haptischen Wahrnehmung durch Ertasten der Struktur der Pflanze mit den Wurzeln
- Erfolgserlebnis fördern durch visuellen Erfolg
- Förderung der motorischen (Fein- und Grobmotorik) Fähigkeiten
- Neue Fertigkeiten erlernen: Umgang mit Gartenwerkzeug
- Die Aufmerksamkeit fokussieren durch genaues Arbeiten

## **Blumenwiese ansäen**

### Zielsetzung

Es geht dabei in erster Linie nicht um das Ansäen, sondern auf die Auswirkungen, die die Blumenwiese auf die Fauna hat. Durch die Blumenwiese werden Vögel und Schmetterlinge angezogen, die die Luft mit unterschiedlicher Musik füllen (Barakat et al., 2019; Wilson, 2006). Ausserdem wird durch die verschiedenen Farben die visuelle Wahrnehmung stimuliert.

### Zielperson

Das Ansäen einer Blumenwiese erfolgt direkt auf der brachen Fläche, weshalb die Teilnehmenden mobil sein müssen. Personen, die eine Beeinträchtigung in der Mobilität haben, können am Rand der Fläche arbeiten. Das Verteilen der Samen kann auch von Personen mit eingeschränkter Motorik durchgeführt werden.

### Material

- Blumenwiesensamen
- Gartenrechen
- Gartenschlauch
- Gartenhandschuhe
- (Pendelhacke)

### Durchführung

Die Fläche sollte brach liegen. Dies kann auch selbst gemacht werden, was viel Zeit und Kraft kostet. Dafür sollte die Fläche mit einer Pendelhacke vom Unkraut befreit werden. Die Grasnarbe kann ins Grüngut entsorgt werden.

Der Boden muss vor dem Ansäen etwas gelockert werden, was mit einem Gartenrechen gemacht werden kann. Durch die Reibung des Stiels können Blasen an den Händen entstehen, weshalb Gartenhandschuhe getragen werden. Nach dem Lockern der Erde sollte die Fläche eben sein. Danach können die Samen ausgebracht werden. Die Verpackung der Blumenmischung gibt an, wie viel Fläche mit einem Pack angesät werden kann. Die Samen können von Hand oder direkt aus der Verpackung auf die Fläche verteilt werden. Die Samen werden mit einer dünnen Schicht Erde zugedeckt und etwas angedrückt. Am Ende sollte die Fläche gut gewässert werden, damit die Samen schnell keimen können. Danach darf die Fläche nicht mehr betreten werden, da die Blumen empfindlich sind und sich langsam oder gar nicht mehr erholen würden. Durch eine Absperrung kann dies verhindert werden. Ausserdem sollte die Fläche in den folgenden Wochen immer feucht gehalten werden.

### Mögliche Wirkung

- Im Sommer wachsen unterschiedliche Blumen, die die visuelle Wahrnehmung anregen
- Mögliche Insekten werden durch die Blumen angelockt, was die visuelle Wahrnehmung anregt
- Unterschiedliche Düfte der Blumen, regt die olfaktorische Wahrnehmung an
- Durch das Wachsen der Blumen wird die zeitliche Orientierung gefördert
- Blumen brauchen Zeit zum Wachsen, wodurch Geduld geübt werden muss

## **Windrad basteln**

### Zielsetzung

Dinge, die sich drehen, bewegen oder glitzern, stimulieren die visuelle Wahrnehmung und können dazu führen, dass Menschen mit ASS die Aufmerksamkeit länger auf einen Gegenstand halten können (Häußler, 2016). Dadurch können sie besser eine neue Fähigkeit erlernen.

### Zielperson

Beim Basteln sind feinmotorische Fähigkeiten gefragt. Ebenfalls sollten die Personen mit einer Schere umgehen können. Allenfalls kann dieser Schritt von der Betreuungsperson übernommen werden.

### Material

- Schere (Therapieschere)
- Locher
- Quadratisches Papier (Verschiedene Farben)
- Holzstab
- Pins zum befestigen (Reisszwecke)
- Bleistift und Lineal
- (Perlen, Strasssteine, Knöpfe)
- (Farbstifte)

### Durchführung

Zu Beginn kann das quadratische Papier mit Filzstiften angemalt werden. Als Alternative kann farbiges Papier oder Papier mit Mustern verwendet werden. Danach werden von jeder Ecke diagonale Schnitte bis etwa zwei Zentimeter vom Mittelpunkt gemacht. Als Unterstützung kann die Linie mit dem Lineal und einem Bleistift vorgezeichnet werden. Statt vorzeichnen kann das Blatt zweimal diagonal gefaltet werden. Dadurch werden die Teilnehmenden visuell unterstützt.

Mit Hilfe eines Lochers werden in die vier gegenüber liegenden Ecken je ein Loch, etwa ein Zentimeter von der Ecke entfernt, eingestanz. Die Löcher werden in der Mitte aufeinandergelegt und mit einer Reisszwecke an den Holzstab befestigt. Die Reisszwecke kann durch das Aufkleben von Perlen, Strasssteinen oder Knöpfen versteckt werden.

### Mögliche Wirkung

- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Drehen des Windrades
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die glänzende Dekoration
- Förderung der Feinmotorik durch das Basteln des Windrades
- Förderung des Durchhaltevermögens durch das konzentrierte Arbeiten am Windrad

## **Pflanzen giessen**

### Zielsetzung

Die Zusammenhänge der verschiedenen Tätigkeiten zu sehen, kann den Menschen mit ASS schwer fallen (Häußler, 2016). Durch das Giessen der Pflanze kann aufgezeigt werden, dass diese ohne Wasser absterben würden und Wasser in diesem Fall lebensnotwendig ist.

### Zielperson

Das Giessen der Pflanzen kann mit Teilnehmenden gemacht werden, die eine Beeinträchtigung in der Motorik haben. Ebenfalls können immobile Personen teilnehmen. Personen mit beeinträchtigtem Sehvermögen können durch Unterstützung vom Fachpersonal ebenso teilnehmen.

### Material

- Giesskanne
- Gartenschlauch
- Zerstäuber

### Durchführung

Im und rund um den Garten müssen viele Pflanzen gegossen werden, seien das die Blumenwiese, die eingepflanzten Setzlinge oder die frisch angesäten Keimlinge. Grössere Flächen wie die Blumenwiese sollten nicht betreten werden, weshalb das Giessen mit einem Gartenschlauch von Vorteil ist. Durch das richtige Einstellen

der Düse kann die Wiese gleichmässig gegossen werden, ohne dass sie betreten werden muss. Die Setzlinge, die in die Erde gesetzt wurden, können mit einer Kanne und einer feinen Brause begossen werden. Es ist darauf zu achten, dass die Pflanzen die richtige Menge Wasser erhalten. Keimlinge brauchen nicht so viel Wasser und können deshalb mit einem Zerstäuber angefeuchtet werden.

Die Arbeit kann, je nach Teilnehmenden, autonom gemacht werden.

#### Mögliche Wirkung

- Selbstständigkeit fördern, durch das autonome Erledigen einer Arbeit
- Förderung der Wahrnehmung, durch die autonome Entscheidung, wann die Pflanze genug Wasser hat
- Förderung der Motorik durch wiederholende Bewegungen
- Fertigkeiten erlernen oder verbessern
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Wasserstrahlen

### **Zimmerpflanzen vermehren**

#### Zielsetzung

Durch das Arbeiten in der Gartentherapie können die Menschen mit der ASS motiviert werden (Flick, 2012). Dies vor allem durch die Stimulation gewisser Sinne. Ausserdem kann die Konzentrationsspanne verlängert werden und sie lernen neue Fähigkeiten dazu.

#### Zielperson

Die Teilnehmenden sollten über gute feinmotorische Fähigkeiten verfügen. Wird mit Sukkulente gearbeitet, können diese Dornen besitzen, die durch Berührungen viele haptische Stimulation auswirken können. Ausserdem sind diese spitzig und es besteht ein Verletzungspotential. Sukkulente ohne Dornen können als Alternativen verwendet werden.

#### Material

- Zimmerpflanzen
- Verschiedene Sorten von Erde
- Pflanzentöpfe
- Gartenschere
- Giesskanne
- Etikett

#### Durchführung

Pflanzen, die sich vegetativ vermehren lassen, müssen vorab von der Fachperson organisiert werden. Ausserdem muss die Fachperson das Wissen über die einzelnen Vermehrungsmethoden haben. Unten werden verschiedene Beispiele der vegetativen Vermehrung aufgezählt.

**Ableger/Absenker:** Zum Erstellen eines Ablegers werden einzelne Triebe in Richtung Erde gebunden und mit Erde zugedeckt. Beim Absenker wird nur ein Teil des Triebes mit Erde zugedeckt, wobei die Triebspitze aufrecht aus der Erde schaut. Dort, wo der Trieb mit der Erde in Kontakt kommt, bilden sich Wurzeln. Viele Pflanzen bilden eigenständig Ableger aus, die abgeschnitten und neu eingetopft werden können.

**Ausläufer:** Ausläufer werden von der Pflanze eigenständig produziert. Aus der Mutterpflanze entstehen ober- oder unterirdische Seitensprossen, die Wurzeln ausbilden. Diese können abgetrennt und in einen neuen Topf eingepflanzt werden.

**Stecklinge:** Gewisse Pflanzen können durch einzelne Blätter oder Spitzen von Trieben, die in ein Substrat gesteckt werden, vermehren werden. Dabei muss darauf geachtet werden, welche Methode bei welcher Pflanze eingesetzt werden kann. Das Usambaraveilchen lässt sich durch Blattstecklinge vermehren; Korbmaranten eignen sich dagegen für die Methode der Triebstecklinge.

Die einzelnen Stecklinge können eingetopft und an einem warmen, sonnigen Platz platziert werden. Am Ende müssen sie noch angegossen werden. Auf einem Etikett muss der Pflanzename geschrieben werden.

#### Mögliche Wirkung

- Förderung der feinmotorischen Fähigkeiten durch den gezielten Handgebrauch
- Förderung der Aufmerksamkeitsspanne durch konzentriertes Arbeiten über eine gewisse Zeit
- Kognitive Förderung beim Lesen und Schreiben der Pflanzennamen
- Geduld üben, denn die Pflanzen brauchen Zeit zum Wachsen
- Umgang mit Frustration, denn es kann sein, dass nicht alle Pflanzen überleben
- Lebenszyklus einer Pflanze miterleben

### **Nisthilfe für Wildbienen bauen**

#### Zielsetzung

Diese Arbeit kennen die meisten im Gartenatelier schon und es entsteht eine Routine. Durch das Aufzeigen, welche Tiere dort Nisten, können sie visuell den Zusammenhang von geschnittenen Ästen und von Wildbienen erlernen. Die visuelle Unterstützung kann dabei durch Fotos gemacht werden (Häußler, 2016).

#### Zielperson

Es können Personen mit einer eingeschränkten Motorik sowie mobile als auch immobile Personen teilnehmen. Durch das Aufteilen der Arbeitsschritte, kann die Arbeit den Teilnehmenden angepasst werden. Angepasstes Werkzeug unterstützt Personen mit beeinträchtigter Motorik.

#### Material

- Äste
- Gartenschere
- Holzkiste
- Tann- und Kieferzapfen
- Leere Schneckenhäuser

#### Durchführung

Für ein Bienenhotel können verschiedene Materialien verwendet werden. Harthölzer eignen sich gut zum Löcher Bohren und harzt kaum. Bambusabschnitte besitzen bereits durch ihre Röhrenform einen hohlen Kern. Weiter eignen sich Äste von hohlen oder markhaltigen Pflanzen. Dazu zählen der Holunder, die Brombeere, das Schilf, die Königskerze oder die Himbeere. Ausserdem können Tann- oder Kieferzapfen verwendet werden. Auch leere Schneckenhäuser werden von den Wildbienen als Unterschlupf genutzt.

Die Äste werden mit einer Gartenschere auf Grösse geschnitten, damit sie in der Holzkiste untergebracht werden können. Dabei müssen nicht alle die gleiche Länge haben. Die Zapfen und leeren Schneckenhäuser können direkt in die Holzkiste platziert werden.

Danach kann die volle Holzkiste zu den übrigen Nisthilfen vom Götschihof gestellt werden. Der Ort sollte etwas abgelegen sein und nicht gleich am Gehweg.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die Arbeit mit verschiedenem Material
- Förderung der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Grössen und Formen des Materials
- Anregung des Denkens beim Platzieren der Nisthilfen (was passt wohin)
- Kreativität anregen beim Platzieren der Äste, Zapfen und leeren Schneckenhäuser

## **Osternest herstellen**

### Zielsetzung

Durch das Arbeiten mit neuen Materialien können das Interesse und das Handlungsspektrum erweitert werden (Häußler, 2016). Da die Menschen mit ASS kaum Eigeninteresse zeigen, können sie durch das Zeigen des Resultates unterstützt werden.

### Zielperson

Die Teilnehmende sollten gute feinmotorische Fähigkeiten haben. Es können auch nur Teilschritte ausgeübt werden, wodurch auch Personen mit eingeschränkten feinmotorischen Fähigkeiten mitmachen können. Die Arbeit kann am Tisch verrichtet werden, wodurch mobile als auch immobile Personen teilnehmen können.

### Material

- Kleine Körbe als Nester
- Kresse
- Ostereier
- Material zum Dekorieren
- Osterkarte

### Durchführung

Die Körbe können nach Wunsch vorab angemalt werden. Ansonsten wird der Boden der Körbe mit Kresse gefüllt. Als Alternative kann auch Holzwolle verwendet werden. Das Material für die Dekoration kann im Garten und der Umgebung gesucht werden. Es eignen sich zum Beispiel Blumen, Blätter oder kleine Äste. Ist das Nest fertig dekoriert, werden die gekochten Ostereier in das Nest gelegt. Personen mit guten feinmotorischen Fähigkeiten dürfen die Ostereier auch selber bemalen. Teilnehmende, die schreiben können, dürfen noch eine Osterkarte schreiben oder das Osternest mit dem Namen anschreiben.

Wenn das Osternest fertig ist, kann es auf die Wohngruppe mitgenommen oder verschenkt werden.

### Mögliche Wirkung

- Verbesserung der Sensomotorik
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Kreativität fördern durch das individuelle Dekorieren des Osternestes
- Kognitive Förderung durch das Schreiben der Karte

#### 4.4.2 Gartentherapeutische Programme für den Sommer

##### **Hängematte/Hängesitz schaukeln**

###### Zielsetzung

Durch das Schaukeln in einer Hängematte oder einem Hängesitz können die grobmotorischen Fähigkeiten gefördert werden (Barakat et al., 2019). Sodann wird der Gleichgewichtssinn angeregt, was eine beruhigende Wirkung auf den Organismus (das vestibuläre System) und somit Auswirkungen auf die ganze Wahrnehmungsverarbeitung hat (Häußler, 2016).

###### Zielperson

Für das Benutzen einer Hängematte spielen Beeinträchtigungen keine Rolle. Alle Personen, die Interesse zeigen, können diese benutzen. Die Angst könnte allenfalls ein Hindernis darstellen.

###### Material

- Hängematte
- Hängesitz

###### Durchführung

Es gibt verschiedene Arten von Hängematten. Für Personen, die lieber sitzen, gibt es den Hängesitz, damit nur an einem Punkt befestigt werden muss. Personen, die bevorzugt liegen, können eine klassische Hängematte benutzen. Wichtig beim Befestigen der Matten ist der Baumschutz. Dadurch wird die Rinde beim Schaukeln nicht verletzt.

Ist der Hängesitz oder die Hängematte befestigt, kann diese durch die Teilnehmenden benutzt werden. Die Dauer spielt dabei keine Rolle. Das Schaukeln kann beliebig oft wiederholt werden.

###### Mögliche Wirkung

- Den eigenen Körper spüren durch das Schaukeln
- Körperliche und mentale Entspannung
- Selbstvertrauen gewinnen, wenn eine Angst überwunden werden kann

##### **Erlebnis rund um den Teich**

###### Zielsetzung

Das Wasser hat eine beruhigende Wirkung auf Menschen mit ASS (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019). Dadurch kann man den stressigen Alltag vergessen. Zudem werden die auditive Wahrnehmung durch die Geräusche des Wassers stimuliert.

###### Zielperson

Der Einstieg in den Teich im Götschhof wurde rollstuhlgerecht gebaut. Deshalb können auch immobile Personen an der Aktivität teilnehmen. Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer können ebenfalls teilnehmen, weil es einen abgetrennten Einstieg gibt.

###### Material

- Kurze Hosen
- Teich
- Badetuch
- Sonnenschutz

###### Durchführung

Neben dem Teich gibt es eine Sitzbank, bei der die Teilnehmenden die Schuhe sowie die Socken ausziehen können. Rund um den Teich gibt es verschiedene Untergründe, die barfuss erlebt werden können. Es gibt eine



Wiese mit Gras, einen Gehweg mit Kieselsteinen, ein Boden mit Stein- oder Holzplatten und einen betonierten Boden. Diese Materialien können barfuss erlebt werden, bevor die Teilnehmenden in den Teich einsteigen können.

Beim Einsteigen in den Teich ist es wichtig, dass immer eine Begleitperson mit in den Teich steigt. Das Wasser beim Einstieg ist circa knietief. Nach dem Fussbad werden die Füsse getrocknet und die Socken und Schuhe wieder angezogen.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung an den Füssen
- Selbstvertrauen gewinnen durch den Einstieg ins Wasser
- Kognitive Förderung durch die unterschiedlichen Untergründe und Stimulation dabei

### **Kräuter/Früchte ernten**

#### Zielsetzung

Durch das Eingreifen in den Kreislauf des Lebens, was durch das Ernten von Früchten entsteht, können Menschen mit ASS Stress abbauen (Hebert, 2003). Ausserdem lernen sie durch das aktive Teilnehmen schneller und besser.

#### Zielperson

Die Arbeiten können am Sitzhochbeet oder direkt am Tisch durchgeführt werden. Für das Ernten gewisser Früchte und Kräuter erfordert es eine gute feinmotorische Fähigkeit. Bei grösseren Früchten reichen grobmotorische Fähigkeiten.

#### Material

- Gartenschere
- Korb/Schüssel

#### Durchführung

Für immobile Personen können Zweige mit Kräutern abgeschnitten werden. Diese können dann die Kräuter an einem Tisch vom Zweig entfernen. Ebenfalls können zum Beispiel Himbeerzweige abgeschnitten und die Beeren am Tisch geerntet werden.

Mobile Personen setzen sich auf das Sitzhochbeet und ernten die Kräuter und Früchte direkt ab der Pflanze. Es ist dabei darauf zu achten, dass die Früchte nicht zu fest zerdrückt werden beim Ernten. Ausserdem sollten nur die reifen Früchte geerntet werden.

Kräuter werden am besten geerntet, indem der Daumen und der Zeigefinger um den Zweig gelegt und dann gegen die Wuchsrichtung gezogen werden. Bei Kräutern mit grösseren Blättern werden die Blätter mit dem Pinzettengriff entfernt.

Durch das Ernten werden viele unterschiedliche Gerüche frei, was zu einer Reizüberflutung führen kann.

Die geernteten Kräuter und Früchte können probiert und danach eingelagert werden, bis sie zu einem späteren Zeitpunkt erneut gebraucht werden können.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Kräuter/Früchte
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die Kräuter/Früchte
- Förderung der feinmotorischen Fähigkeiten durch das Ernten von den Kräutern/Früchten
- Neue Fähigkeiten erlernen
- Anregung des Denkens durch den Eigenentscheid, welche Früchte reif sind

## Kräuter trocknen

### Zielsetzung

Das Arbeiten draussen fördert die zwischenmenschlichen Fähigkeiten und die Konzentration (Barakat et al., 2019). Durch das Zusammenarbeiten können ausserdem die sozialen Interaktionen gefördert werden (Li et al., 2019).

### Zielperson

Das Trocknen der Kräuter kann auf verschiedene Arten gemacht werden, weshalb immobile als auch mobile Personen an diesem Programm teilnehmen können. Auch können Personen mit eingeschränkter Motorik mitmachen.

### Material

- Kräuter am Zweig
- Schere und Schnur
- Geerntete Kräuter
- Dörrex
- Einmachgläser

### Durchführung

In diesem Programm werden die Kräuter auf zwei verschiedene Arten getrocknet. Dies ist möglich, weil der Götschihof ein Dörrgerät besitzt. Weitere Trocknungsmethoden werden nicht vorgestellt, sind aber nicht auszuschliessen. Im Vorfeld muss überprüft werden, welche Kräuter sich für das Trocknen eignen.

Trocknen mit dem Dörrex: Ein Teil der bereits gesammelten Kräuter des Abschnittes **Kräuter/Früchte ernten** können nun verwendet werden, um getrocknet zu werden. Dafür werden die verschiedenen Kräuter auf die Gitter verteilt. Es ist darauf zu achten, dass die Blätter nicht übereinander liegen. Die Dörrtemperatur liegt bei etwa 40 °C. Die Dörrzeit ist abhängig vom Kraut. Dies sollte vorgängig überprüft werden. Die fertig getrockneten Kräuter können in einem Einmachglas aufbewahrt werden.

Lufttrocknen: Beim Lufttrocknen werden ganze Kräuterzweige gesammelt und aufgehängt. Es ist darauf zu achten, dass es vor dem Ernten zwei Tage trocken war. Ansonsten wird die Trocknungszeit verlängert und die Kräuter können schimmeln. Durch das Schütteln der Zweige werden diese vom Schmutz und den Insekten befreit. Die geernteten Zweige werden zu einem Strauss zusammengelegt und mit einer Schnur zusammengebunden. Die Kräuterbündel werden nun Kopfüber in einem trockenen Zimmer, mit einer Zimmertemperatur von 20 bis 30 °C, aufgehängt. Werden die Kräuter zu langsam getrocknet, können sie schimmeln und schwarz werden. Nach etwa 24 bis 48 Stunden können die Blätter vom Zweig entfernt und in Einmachgläser aufbewahrt werden.

### Mögliche Wirkung

- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Gerüche
- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch das unterschiedliche Pflanzenmaterial
- Förderung der Feinmotorik durch das vorsichtige Hinlegen der einzelnen Blätter

## Teemischung herstellen

### Zielsetzung

Durch verschiedene Aktivitäten in der Natur kann die Kreativität angeregt werden (Barakat et al., 2019). So kann durch das Arbeiten mit den Kräutern die Kreativität der Teilnehmenden fördern.

### Zielperson

Das Einfüllen der getrockneten Kräuter erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Durch die Unterstützung einer Fachperson kann dies auch von Personen mit eingeschränkter Feinmotorik durchgeführt werden. Es wird am Tisch gearbeitet, weshalb die Mobilität keine Rolle spielt.

### Material

- Blockbeutel mit Sichtfenster
- Clipbandverschlüsse
- Schreibzeug

### Durchführung

Die getrockneten Kräuter, die sich als Teedroge eignen, geben im Abschnitt **Kräuter trocknen** vor, was alles für die Teemischung verwendet werden kann. Allenfalls können getrocknete Kräuter noch dazu gekauft werden. Die teilnehmenden Personen dürfen selbst entscheiden, welche Kräuter sie verwenden möchten. Die ausgewählte Mischung wird in einen Blockbeutel gefüllt. Durch einen Trichter, der aus Papier gefaltet wird, kann das Einfüllen in den Beutel vereinfacht werden.

Die gefüllten Beutel sollten mit den unterschiedlich verwendeten Kräutern und dem eigenen Namen angeschrieben werden. Mit einem Clipbandverschluss wird der Beutel zugeschlossen und die selbst gemacht Teemischung kann nach Hause genommen werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die Gerüche der Kräuter
- Kognitive Förderung durch das Lesen und Schreiben
- Förderung der Kreativität durch das eigenständige Zusammenstellen der Teemischung

## **Gewürzmischung herstellen**

### Zielsetzung

Menschen mit ASS fehlen meist die Neugier und somit auch die Eigeninitiative (Häußler, 2016). Wenn ihnen alles bereitgestellt wird und sie neue Dinge ausprobieren können, nach kurzer Einweisung, könnte das die Neugier wecken, dies auch durch die Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung.

### Zielperson

Das Zerkleinern und Einfüllen der getrockneten Kräuter erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Durch die Unterstützung einer Fachperson kann dies auch von Personen mit eingeschränkter Feinmotorik durchgeführt werden. Es wird am Tisch gearbeitet, wodurch die Mobilität keine Rolle spielt.

### Material

- Kräuter
- Mörser
- Leere Gewürzstreuer
- Schreibzeug

### Durchführung

Die Kräuter, die sich für die Herstellung von Gewürzen eignen, aus dem Abschnitt **Kräuter trocknen**, werden in diesem Programm wiederverwendet. Zusätzliche Kräuter und Gewürze müssen dazugekauft werden.

Mediterrane Kräuter wie zum Beispiel Basilikum, Oregano oder Thymian können von Hand zerkleinert werden. Durch das Zerbrechen der Blätter werden viele Aromastoffe frei. Bei zu starken und verschiedenen Gerüchen kann es zu einer Reizüberflutung kommen. Zusätzlich können diese Gerüche an den Händen haften bleiben. Als Alternative können die Blätter auch mit dem Mörser zerkleinert werden. Pfeffer oder Kreuzkümmel können ebenfalls mit dem Mörser zerkleinert werden.

Verschiedene Gewürze können auch gemischt werden. Dafür kann Salz als Basis dienen, dem unterschiedliche Kräuter hinzugefügt werden.

Die selbst zusammengestellte Gewürzmischung wird danach in einen leeren Gewürzstreuer abgefüllt und mit den Kräuternamen und dem eigenen angeschrieben. Danach kann die Gewürzmischung mitgenommen werden.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Zerkleinern der Blätter
- Förderung der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Förderung der Feinmotorik durch das Verwenden des Mörsers
- Förderung der Kreativität durch die unterschiedlichen Gewürzmischungen
- Kognitive Förderung durch Lesen und Schreiben
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Probieren der Gewürze

### **Früchte erleben**

#### Zielsetzung

Durch das visuelle Aufzeigen, was aus einer Frucht alles entstehen kann, können die Teilnehmenden Zusammenhänge verstehen. Das eigenhändige Erleben ist zudem besser für Menschen mit ASS, da sie nur schlecht durch das Imitieren lernen können (Häußler, 2016).

#### Zielperson

Das Programm findet an einem Tisch statt, weshalb immobile als auch mobile Personen daran teilnehmen können. Der Umgang mit den Früchten erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Teilschritte können auch von Personen mit eingeschränkter Feinmotorik gemacht werden.

#### Material

- Früchte
- Schüssel
- Kartoffelstampfer
- Konfitüre
- Brot

#### Durchführung

Vor der Durchführung müssen die Materialien vorbereitet werden. Diese werden unten aufgelistet.

Die gesammelten Früchte des Abschnittes **Kräuter/Früchte ernten** können in diesem Programm verwendet werden. Zusätzliche Früchte, die nicht im eigenen Garten wachsen, sollten dazu gekauft werden.

Es können entweder einzelne Früchte oder mehrere verschiedene Früchte in eine Schüssel gegeben werden. Dies werden entweder von Hand oder mit einem Kartoffelstampfer zerdrückt. Als Alternative können die verschiedenen Früchte auch als Ganzes probiert werden.

Das Fruchtmus kann probiert und auch mit anderen Musen gemischt werden. Durch die fehlende Infrastruktur kann keine Konfitüre hergestellt werden, weshalb diese zugekauft wird. Die Teilnehmenden dürfen nun auch die Konfitüre probieren. Es sollte dabei aufgezeigt werden, dass aus ganzen Früchten, durch das Kochen und Beifügen anderer Zutaten eine Konfitüre entstehen kann.

Das selbst hergestellte Fruchtmus kann in ein Einmachglas gefüllt und mitgenommen werden.

- (Einmachglas)

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Zerdrücken der Früchte
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Essen der Konfitüre
- Anregung des Denkens durch den Weg der Frucht zur Konfitüre

## **Blumenstrauß erstellen**

### Zielsetzung

Das Erstellen eines Blumenstraußes erfordert viel Aufmerksamkeit. Dies kann den Menschen mit ASS schwer fallen (Häußler, 2016). Die Blumen stimulieren durch die verschiedenen Farben und Gerüche die Sinne der Teilnehmenden, wodurch sie sich besser konzentrieren können.

### Zielperson

Werden die Blumen selbst gepflückt, sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mobil sein. Durch Unterstützung des Blumensammelns können auch immobile Personen teilnehmen. Gute feinmotorische Fähigkeiten wären für das Erstellen eines Blumenstraußes allerdings von Vorteil.

### Material

- Blumen
- Gartenschere
- Bindehilfen
- (Vasen)

### Durchführung

Die angesäte Blumenwiese des Abschnittes **Blumenwiese ansäen** kann genutzt werden, um verschiedene Blumen zu pflücken. Für die Teilnehmende, die immobil sind, können vorab verschiedene Blumen gesammelt werden. Beim Pflücken der Blumen ist darauf zu achten, dass sich keine Insekten, wie zum Beispiel eine Wildbiene, auf der Blume befindet. Diese können aggressiv gegenüber dem Menschen werden. Weiterhin sollten möglichst viele verschiedene Blumen und auch Gräser gesammelt werden. Es dürfen auch dünne Äste mitgenommen werden.

Die gesammelten Materialien werden auf dem Tisch ausgebreitet und unerwünschte Nebentriebe abgeschnitten. Ausserdem ist darauf zu achten, dass die Materialien ungefähr die gleiche Länge haben. Müssen Blumen noch gekürzt werden, kann das in diesem Arbeitsschritt gemacht werden.

Als Erstes werden die Blumen, Gräser oder Äste in die Hand genommen, die sich in der Mitte befinden sollen. Danach können die restlichen Materialien rund um die Mitte angelegt werden. Der Blumenstrauß sollte in der einen Hand gehalten werden; mit der anderen werden die gewünschten Materialien hinzugefügt. Wenn eine Person motorisch eingeschränkt ist, kann der Strauß auch auf den Tisch gelegt oder direkt in eine Vase gesteckt werden.

Der fertige Blumenstrauß wird am Kreuzungspunkt der Stiele zusammengebunden. Der gebundene Blumenstrauß darf mitgenommen werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das individuelle Erstellen des Blumenstraußes
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die verschiedenen Blumen
- Förderung der bimanuellen Koordination
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Farben der Blumen

## **Malen mit Pflanzenfarbe**

### Zielsetzung

Die Zusammenhänge zu sehen, fällt Menschen mit ASS teilweise schwer (Häußler, 2016). Durch dieses Programm wird visuell gezeigt, dass die verschiedenen Gegenstände aus der Natur nicht nur einen Nutzen haben, sondern unterschiedlich genutzt werden können.

### Zielperson

Das Programm findet am Tisch statt, weshalb immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Für das Zerkleinern und Malen mit Pflanzenfarbe braucht es gute sensomotorische Fähigkeiten.

### Material

- Pflanzenmaterial
- Mörser
- Kleine Schüsseln
- Papier
- Pinsel
- Becher mit Wasser

### Durchführung

Für das Herstellen von Farbe können Beeren, Blumen oder Blätter verwendet werden. Diese können zusammen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern oder vorab von der Fachperson gesammelt werden.

Das unterschiedliche Pflanzenmaterial kann mit einem Mörser zerdrückt werden. Beim Zerdrücken der Blätter und Blumen kann etwas Wasser hinzugefügt werden. Die Paste kann danach in kleine Schüsseln gegeben werden. Als nächstes muss ausprobiert werden, welche Pasten von welchem Pflanzenmaterial sich eignen, um zu malen. Durch das Mischen der Pasten entstehen neue Farben zum Malen.

Die fertigen Kunstwerke müssen noch an der Sonne trocknen, bevor sie mitgenommen werden dürfen.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das freie Malen mit der Pflanzenfarbe
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Zerdrücken von Pflanzenmaterial
- Förderung der Sensomotorik
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch das Arbeiten mit verschiedenen Materialien
- Förderung des Denkens beim eigenständigen Überlegen, aus welcher Pflanze eine Farbe entstehen kann

## **Wasser erleben**

### Zielsetzung

Das Wasser hat eine beruhigende Wirkung auf viele Menschen (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019; Wilson, 2006). Deshalb ist Erleben von Wasser eine Art, um vom alltäglichen Stress wegzukommen. Durch die unterschiedlichen Tätigkeiten mit Wasser werden zudem viele Sinne stimuliert.

### Zielperson

Das Programm findet am Tisch statt, weshalb immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Die Motorischen Fähigkeiten spielen dabei keine grosse Rolle.

### Material

- Kaltes und warmes Wasser
- Eis
- Eimer
- Verschiedene Materialien

### Durchführung

Es können die Eiswürfel in die Hand genommen und beobachtet werden, was mit dem Eiswürfel in der Hand passiert. Der Eiswürfel kann auch in kaltes oder warmes Wasser gegeben oder mit dem Wasser übergossen werden. Durch das Miteinfrieren von kleinen Gegenständen in die Eiswürfel können diese befreit werden. Die Eiswürfel dürfen auch in den Mund genommen werden, um die gustatorische Wahrnehmung zu stimulieren.

Es kann auch überprüft werden, was schwimmt und was nicht. Dafür müssen zuerst verschiedene Materialien im Garten gesammelt werden. Diese können dann in den Eimer, gefüllt mit Wasser, gelegt und beobachtet werden, ob das Material schwimmt oder sinkt. Als Alternative können die schwimmenden Materialien auch in den Teich

gegeben werden. Oder es kann aus dem schwimmenden Material ein kleines Floss gebastelt und mit Fahrgästen (Tannenzapfen oder Kieselsteine) ausgestattet werden.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die verschiedenen Materialien
- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch die Berührungen mit dem Wasser
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Trinken des Wassers
- Förderung des Denkens durch die verschiedenen Aggregatzustände des Wassers

### 4.4.3 Gartentherapeutische Programme für den Herbst

#### **Laubhaufen erstellen**

##### Zielsetzung

Die eingeschränkte motorischen Fähigkeiten können durch die verschiedenen Aspekte der Natur verbessert werden (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019), sei das durch eine spielerische Art mit dem Laub oder durch eine genaue Arbeit beim Auffädeln des Laubes.

##### Zielperson

Das Laub wird vom Boden gesammelt, weshalb die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mobil sein sollten. Personen mit einer eingeschränkten Feinmotorik können trotzdem mitmachen.

##### Material

- Laubrechen
- Gartenhandschuhe
- Schere und Schnur
- Nadel
- Buch
- Sichtmappe

##### Durchführung

Rund um das Gartenatelier stehen viele Laubbäume, die im Herbst ihre Blätter verlieren. Diese können mit einem Laubrechen zusammengetragen werden. Durch die monotone Bewegung können Blasen an den Händen entstehen, weshalb geraten wird, Gartenhandschuhe zu tragen. Laubhaufen können nicht nur den Kindern Freude bereiten, sondern auch kleinen Säugetieren. Igel verstecken sich gerne in solchen Haufen, weshalb es ökologisch sinnvoll ist, das Laub zu sammeln und an einem abgelegenen Ort ein Haufen zu bilden.

Die Blätter können aber auch genutzt werden, um eine Blätter-Girlande zu erstellen. Dafür werden trockene Blätter an eine Schnur gebunden. Es können unterschiedliche Blätter mit unterschiedlichen Farben und Formen verwendet werden. Die fertige Girlande kann im Garten aufgehängt werden.

Die Blätter können vorab auch gepresst werden. Dafür werden die gewünschten Blätter auf eine ebene Fläche, zum Beispiel einem Buch, gepresst. Damit das Buch nachher noch zu gebrauchen ist, sollte das Blatt in eine Sichtmappe gelegt werden. Die flach gepressten Blätter können allein oder auch an einer Girlande aufgehängt werden.

##### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Sammeln der Blätter
- Kreativität fördern durch die Blätter-Girlande
- Feinmotorik fördern durch das Befestigen der Blätter

#### **Steinhaufen/Asthaufen**

##### Zielsetzung

Die fehlende oder eingeschränkte Wahrnehmung von Zusammenhängen bei Menschen mit ASS, sollte in diesem Programm verbessert werden (Häußler, 2016). Ein Stein- oder Asthaufen lockt verschiedene Tiere an, die visuell als auch auditiv beobachtet werden können.

##### Zielperson

Das Errichten eines Steinhaufens oder Asthaufens erfordert viel Kraft. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten zudem mobil sein, um das Material sammeln und transportieren zu können.



### Material

- Äste
- Steine
- Säge
- Gartenschere

### Durchführung

Ein Stein- oder Asthaufen ist eine ökologisch wertvolle Struktur, denn beide bieten einen Unterschlupf für viele Tierarten. Eidechsen, Igel, Schmetterlinge, Käfer oder verschiedene Vögel nutzen diese Strukturen als Unterschlupf. Auch für den Menschen ist es interessant, da die Tiere dadurch in den Garten gelockt und beobachtet werden können.

Steinhaufen: Bei einem Steinhaufen ist es wichtig, dass möglichst viele unterschiedlich grosse Steine verwendet werden. Grössere sollten als Basis genutzt werden und so aufeinandergelegt werden, dass überall kleine Nischen entstehen. Auf die grösseren Steine folgen mittlere bis kleinere Steine. Gewisse Nischen dürfen auch mit Sand aufgefüllt werden, da dies als Nisthilfe für gewisse Wildbienen dient.

Asthaufen: Auch beim Asthaufen sollte die Basis aus dickeren und grösseren Ästen bestehen. Wenn gewisse Äste zu lang sind, können sie mit einer Säge passend zugeschnitten werden. Auch hier sollte darauf geachtet werden, dass kleine Nischen entstehen. Es sollte jedoch keine Katze und kein Fuchs in die Nischen passen, denn diese würden das Ökosystem stören. Auf die Basis kommen nun dünnere Äste. Diese können auch genutzt werden, um zu grosse Eingänge zu verkleinern.

Die Tiere haben gerne Ruhe, weshalb die Haufen an einem abgelegenen Ort erstellt werden, aber dennoch in der Nähe, damit die Tiere von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern beobachtet werden können.

### Mögliche Wirkung

- Verbesserung der Ausdauer durch die körperliche Arbeit
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Förderung der Kreativität
- Förderung des Selbstbewusstseins

## **Feuer machen**

### Zielsetzung

Ein Feuer ist warm oder sogar heiss. Menschen mit ASS haben teilweise ein eingeschränktes Gespür für Temperaturen (Häußler, 2016). Durch das Sitzen und das Bräteln des Schlangensbrottes können die Teilnehmenden die Temperaturen an sich selber und am Brot wahrnehmen.

### Zielperson

Für das Sammeln des Brennholzes sollten die Personen mobil sein. Das Feuer selbst können immobile als auch mobile Personen miterleben. Für das Aufbauen des Brennholzes braucht es gute feinmotorische Fähigkeiten.

### Material

- Brennholz
- Säge
- Feuerzeug
- Feuerschale
- Schlangensbrotteig
- Grosser Holzspieß

### Durchführung

Bevor das Feuer entfacht werden kann, muss zuerst genügend Brennholz gesammelt werden. Dafür wird der Garten des Götschihofs abgelaufen. Es sollten dünnere und dickere Äste gesammelt werden.

Als Basis des Feuers dienen dünne Tannenäste, da diese gut brennen. Danach können immer dickere Äste auf diese Basis gelegt werden. Wenn der Holzturm genügend gross ist, können die dünnen Tannenäste angezündet werden.

In der Zwischenzeit können die langen Holzspiesse mit Schlangenbrot umwickelt werden. Danach können diese über das Feuer, beziehungsweise über die Glut zehn bis 20 Minuten gehalten werden. Dabei sollte das Brot immer wieder gedreht werden.

Wenn das Brot durchgebacken ist, kann es nach kurzem Auskühlen gegessen werden.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Feuer und das Schlangenbrot
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die verschiedenen Materialien
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Essen des Schlangenbrotes
- Erfolgserlebnis durch das Entfachen eines Feuers
- Förderung der Feinmotorik durch das Erstellen eines Feuers und das Backen eines Schlangenbrotes

### **Windspiel basteln**

#### Zielsetzung

Menschen mit ASS sind fasziniert von Gegenständen, die sich drehen, glitzern oder allgemein bewegen (Häußler, 2016). Ein Windspiel bewegt sich durch den Wind und erzeugt die Stimulation der visuellen Wahrnehmung. Es können aber auch auditive Stimulationen dazu kommen, wenn gewisse Gegenstände gegeneinanderstossen.

#### Zielperson

Das Basteln eines Windspiels erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Wenn die Materialien selbst gesammelt werden müssen, sollten die Personen mobil sein. Als Alternative können die Materialien den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zur Verfügung gestellt werden, wonach die restliche Arbeit am Tisch verrichtet werden kann.

#### Material

- Verschiedene Materialien
- Malfarben
- Schere und Schnur
- Klebstoff

#### Durchführung

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten zuerst im Garten verschiedene Materialien sammeln. Dies können zum Beispiel Blätter, Steine Zapfen oder Äste sein. Alternativ können von der Fachperson gewisse Materialien zur Verfügung gestellt werden. Die gesammelten Materialien sollten gut ausgeschüttelt werden, um Insekten oder Schmutz zu entfernen.

Als Träger dient ein etwas dickerer Ast. Dieser kann auf eine beliebige Länge geschnitten werden. Danach können die verschiedenen Äste, Steine oder Blätter mit der Schnur an den Ast gebunden werden. Die Schnurlänge sollte dabei etwas variieren. Können diese nicht richtig befestigt werden, kann Klebstoff verwendet werden. Der Ast, an dem alle anderen Materialien hängen, muss mit zwei Schnüren links und rechts aufgehängt werden. Am besten wird er draussen aufgehängt, wo der Wind die einzelnen Materialien unterschiedlich fest zum Tanzen bringt. Als Dekoration kann das Windspiel auch in Innenräumen aufgehängt werden.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Bewegen der Materialien im Wind
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Förderung der Kreativität durch das unterschiedliche Basteln der Windspiele
- Förderung der Feinmotorik durch das Dekorieren des Windspiels
- Erfolgserlebnis durch ein entstandenes Produkt

## Kürbis aushöhlen

### Zielsetzung

Durch dieses Programm können die Teilnehmenden lernen, gewisse Dinge miteinander zu verbinden (Häußler, 2016). Es kann sein, dass man den Kürbis von der Küche her kennt und nicht als Dekoration. So sollte ein Zusammenhang entstehen, dass ein Kürbis sowohl als Dekoration wie auch als Nahrungsmittel dienen kann.

### Zielperson

Das Programm findet an einem Tisch statt, weshalb immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Das Aushöhlen erfordert gute grobmotorische Fähigkeiten. Personen mit guten feinmotorischen Fähigkeiten können auch noch ein Muster oder Gesicht in den Kürbis schnitzen.

### Material

- Halloweenkürbis
- Löffel
- Eimer
- Stift
- Malfarben
- (Messer)

### Durchführung

Als Erstes muss der Kürbis geöffnet werden. Dafür wird mit einem Messer ein Kreis in den Deckel geschnitten. Dieser Schritt sollte von einer Fachperson übernommen werden. Danach kann der Kürbis mit einem Löffel ausgehöhlt werden. Es ist darauf zu achten, dass nicht zu viel vom Inneren des Kürbisses entfernt wird.

Je nach Teilnehmerin oder Teilnehmer kann mit einem Stift oder Malfarben der Kürbis bemalt werden. Es können Muster gezeichnet werden oder klassisch ein Gesicht. Personen mit guten feinmotorischen Fähigkeiten können probieren, den Kürbis zu schnitzen. Als Unterstützung können vorab Linien mit dem Stift auf den Kürbis gezeichnet werden.

Das Material, das ausgehöhlt wurde, könnte noch gebraucht werden, um es nach dem Kochen zu essen. Andernfalls kann das übrige Material im Grüncontainer entsorgt werden. Die Samen können für den Abschnitt **Saatgut Aufbereitung** verwendet werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das unterschiedliche Schnitzen des Kürbisses
- Förderung der Grob- und Feinmotorik durch das Arbeiten mit dem Kürbis
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Aushöhlen und Schnitzen des Kürbisses
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch den Geruch des Kürbis

## Äste zerschneiden

### Zielsetzung

Menschen mit ASS tendieren an eine Routine festzuhalten, wodurch gewisse Tätigkeiten immer gleich ablaufen müssen (Häußler, 2016). Das Schneiden der Äste ist zwar die gleiche Tätigkeit, aber der Einsatzbereich der geschnittenen Äste kann sich ändern. Dadurch sollten die Teilnehmenden an Flexibilität gewinnen.

### Zielperson

Dieses Programm kann am Tisch verrichtet werden, weshalb immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Das Zerschneiden der Äste erfordert gute grobmotorische Fähigkeiten.

### Material

- Äste
- Säge

- Gartenschere

#### Durchführung

Das Material kann von der Kundengärtnerei abgenommen werden. Diese pflegen den Garten und schneiden die Hecken oder Bäume zurück. Solche Äste können verkleinert werden.

Dickere Äste müssen mit einer Säge geschnitten werden, da sonst die Gartenschere kaputt gehen könnte. Die Äste können für verschiedene Zwecke verwendet werden. Es kann zum Beispiel ein Asthaufen erstellt werden. Eine andere Idee wäre, ein Windspiel zu basteln. Aber sie können auch beiseitegelegt werden, bis das nächste Feuer angezündet wird.

Dünnere Äste können mit der Gartenschere zerkleinert werden. Sind die Äste hohl oder haben sie ein Mark, werden sie für das Errichten von Nisthilfen für Wildbienen verwendet. Aber auch für das Feuer werden dünnere Äste verwendet und können daher auf die Seite gelegt werden.

Grünes Pflanzenmaterial wird im Grüncontainer entsorgt.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Förderung der Ausdauer durch das kraftintensive Programm
- Förderung der Grobmotorik durch das Zerschneiden der Äste

### **Blumenzwiebeln pflanzen**

#### Zielsetzung

Für Menschen mit ASS ist es schwierig, organisatorische Fähigkeiten auszubilden (Häußler, 2016). Durch das visuelle aufzeigen, was das Resultat sein sollte und welche Materialien dafür zur Verfügung stehen, kann dies unterstützt oder sogar gefördert werden.

#### Zielperson

Das Programm findet am Tisch statt, womit immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Für das Eintopfen einer Blumenzwiebel ist gute feinmotorische Fähigkeiten von Vorteil.

#### Material

- Blumentöpfe
- Erde
- Blumenzwiebeln
- Etikett

#### Durchführung

Zu den Blumenzwiebeln gehören zum Beispiel Tulpen, Narzissen, Krokusse oder Winterling. Die unterschiedlichen Blumenzwiebeln brauchen verschiedene Substrate, worauf beim Eintopfen geachtet werden muss. Die Blumenzwiebeln können im Garten gesucht oder zugekauft werden.

Der Topf wird bis zur Hälfte mit dem passenden Substrat gefüllt. Dies kann von Hand oder mit einer Pflanzenschaufel gemacht werden. Danach werden die Blumenzwiebel in den Topf gesteckt. Es können mehrere dicht nebeneinander eingetopft werden. Wichtig ist darauf zu achten, dass die Wurzel und die Spitze in die richtige Richtung schauen. Wenn diese richtig platziert sind, können die Blumenzwiebeln mit Erde überdeckt werden. Anschliessend werden die Töpfe mit einer Etikette versehen. Die fertigen Töpfe sollten an einem dunkeln Ort an der Kälte stehen. Es ist darauf zu achten, dass sie nicht austrocknen.

Im Winter oder erst im Frühjahr können die Töpfe hereingeholt werden. Durch die Wärme werden diese angetrieben und beginnen zu wachsen.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das individuelle Zusammenstellen der Blumenzwiebeln
- Kognitive Förderung durch Lesen und Schreiben
- Förderung der Feinmotorik durch das Eintopfen der Blumenzwiebeln
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien

### **Vogelfutter herstellen**

#### Zielsetzung

Meist liegt die Motivation einer Tätigkeit bei der Stimulation gewisser Sinne (Häußler, 2016). Wenn den Teilnehmenden aufgezeigt werden kann, dass das Vogelfutter von Vögeln gegessen und diese deshalb angelockt werden, wird dadurch später die auditive Wahrnehmung stimuliert (Wilson, 2006).

#### Zielperson

Das Programm kann an einem Tisch ausgeführt werden, womit immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Das Einfüllen des Kokosfettes und der Kerne erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Durch die Unterstützung einer Fachperson können auch Personen mit beeinträchtigter Feinmotorik teilnehmen.

#### Material

- Verschiedene Kerne
- Kokosfett
- Ausstechförmchen/Silikonform
- Schere und Schnur
- Kleine Holzspiesse

#### Durchführung

Die unterschiedlichen Vogelarten mögen verschiedenes Futter. Es sollte zuvor in Erfahrung gebracht werden, welche Vogelarten in der Umgebung beheimatet sind. Hanfsamen, Sonnenblumenkerne und Haferflocken werden aber von vielen Vogelarten gefressen, weshalb diese gut verwendet werden können.

Das Kokosfett sollte vorab geschmolzen werden, damit es flüssig ist. In das flüssige Kokosfett können die unterschiedlichen Körner, Samen und anderes gegeben werden. Danach muss alles gut gemischt werden. Die fertige Mischung kann entweder in eine Silikonform oder in unterschiedliche Ausstechformen gegossen werden. Die Ausstechformen dürfen keine kleinen oder spitzen Ecken haben, denn diese brechen leicht ab. Ausserdem sollte bei den Ausstechformen am Anfang nur ein wenig von der Mischung eingefüllt und angetrocknet werden. Dadurch wird verhindert, dass das flüssige Kokosfett aus den Förmchen fließt.

Damit die Vogelfutterformen aufgehängt werden können, sollte ein kleiner Holzspieß am gewünschten Ort platziert und mit ausgekühlt werden. Nach dem Auskühlen kann dieser Spieß entfernt werden; somit es ist bereits ein Loch für die Schnur vorhanden.

Die Vogelfutterformen können danach an einem ruhigen und geschützten Ort aufgehängt werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch die unterschiedlichen Möglichkeiten der Futterform
- Förderung der Feinmotorik durch das Arbeiten mit den Kernen
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die Kerne und das Kokosfett
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien

## Saatgut Aufbereitung

### Zielsetzung

Durch die Limitation der zeitlichen Organisation von Menschen mit ASS, sollte durch das Ernten der Saat und der daraus entstandenen Frucht ein Zusammenhang erstellt werden (Häußler, 2016). Die visuelle Darlegung sollte diese Wahrnehmung ebenfalls unterstützen.

### Zielperson

Die Samen sind meist sehr klein, weshalb die Person über gute Feinmotorik verfügen muss; es können aber auch grössere Samen verwendet werden (Kürbis, Bohnen, Zucchini usw.). Ausserdem sollten sie möglichst keine Beeinträchtigung des Sehvermögens haben.

### Material

- Saatgutspender
- Easy Grip Pinzette
- Einmachgläser
- Stift
- Löffel

### Durchführung

Es eignen sich nicht alle Pflanzen für die Vermehrung. Vorab muss geklärt werden, welche Pflanzen verwendet werden können.

Es eignen sich zum Beispiel Sonnenblumen, Mais, Kürbisse, Bohnen oder Zucchini.

Bei der Sonnenblume sollte der ganze Kopf geerntet werden, da sich die Samen darin befinden. Mit einer Pinzette können die einzelnen Kerne aus dem Kopf gelöst werden. Es ist darauf zu achten, dass diese etwas angetrocknet sind.

Die Samen beim Mais befinden sich am Kolben. Der Kolben sollte vor dem Ernten der Samen bereits trocken sein, was das Lösen der Samen vereinfacht. Durch das Umgreifen des Kolbens mit der Hand können durch Auf- und Ab-Bewegungen die Maiskörner gelöst werden.

Beim Kürbis befinden sich die Samen in der Frucht. Die Resten vom Aushöhlen des Abschnittes **Kürbis aushöhlen** können hierfür verwendet werden. Die Samen sollten für die Aufbewahrung vom Fruchtfleisch entfernt werden.

Der Inhalt der Bohnenschote ist der Samen und kann neu eingepflanzt werden. Für das Ernten der Samen in der Schote sollte diese vorab getrocknet werden. Dadurch lösen sich die Samen einfacher beim Aufbrechen der Schote.

Die Zucchini beinhalten die Samen. Deshalb muss das Gemüse einmal quer aufgeschnitten werden, bevor die Samen aus dem Inneren geerntet werden können. Mit einem Löffel kann das ganze Fruchtfleisch mit samt den Samen aus der Schale gekratzt werden. Danach müssen die Samen noch vom Fruchtfleisch getrennt werden.

Die gesammelten Samen sollten gründlich gewaschen und vor der Einlagerung getrocknet werden. Durch das Auslegen der Samen auf ein Küchenpapier können diese an der Luft trocknen. Die fertig getrockneten Samen werden dann in die Einmachgläser gefüllt und luftdicht verschlossen. Die Einmachgläser werden mit dem Namen des Pflanzensamens angeschrieben und können bis im Frühling aufbewahrt werden.

### Mögliche Wirkung

- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Samen
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Saatgutspender
- Förderung der Feinmotorik durch das Auslesen der Samen
- Kognitive Förderung durch das Schreiben
- Anregung des Denkens: aus welchem Samen ergibt sich welche Pflanze

## **Früchte trocknen**

### Zielsetzung

Das Wahrnehmen von Dingen geschieht bei Menschen mit ASS durch das Riechen, Schmecken oder Tasten (Häußler, 2016). Das Probieren der Früchte vor und nach dem Trocknen löst unterschiedliche Stimulationen aus, wodurch gelernt werden kann, dass sich die Frucht verändert hat.

### Zielperson

Die Früchte müssen aufgeschnitten werden, weshalb die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gut mit einem Messer umgehen müssen. Das Ganze kann an einem Tisch durchgeführt werden, womit immobile und mobile Personen teilnehmen können.

### Material

- Dörrex
- Früchte zum Trocknen
- Schneidebrett und Messer
- Blockbeutel mit Sichtfenster
- Clipbandverschlüsse
- (Gemüsehobel)

### Durchführung

Im Herbst sind viele Äpfel und Birnen reif, die durch das Trocknen konserviert werden können. Es können auch exotische Früchte wie zum Beispiel Bananen, Mangos oder Kiwis verwendet werden.

Die unterschiedlichen Früchte benötigen unterschiedliche Temperaturen und Zeiten, um zu trocknen. Dies muss vorab von der Fachperson recherchiert werden.

Um eine gleichmässige Trocknung zu garantieren, müssen die Früchte in gleich dicken Scheiben geschnitten werden. Die optimale Dicke liegt zwischen sieben bis zehn Millimeter. Die Früchte können, wenn die Teilnehmenden mit einem Messer umgehen können, damit in Scheiben geschnitten werden. Als Alternative kann ein Gemüsehobel mit einem sieben Millimeter Einsatz verwendet werden.

Die fertigen Scheiben können entweder direkt auf das Sieb des Dörrgeräts gelegt oder vorgängig mit Kokosraspeln paniert werden. Dies passt vor allem zu den exotischen Früchten. Es ist darauf zu achten, dass die Scheiben gut nebeneinander und nicht aufeinander liegen.

Die getrockneten Fruchtscheiben können in den Blockbeutel gegeben und mit einem Clipbandverschluss verschlossen werden.

### Mögliche Wirkung

- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Aufschneiden und Dörren der Früchte
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Probieren der Dörrfrüchte
- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch das Arbeiten mit den unterschiedlichen Früchten
- Erlernen einer Fähigkeit, wie zum Beispiel das Benützen eines Messers

#### 4.4.4 Gartentherapeutische Programme für den Winter

##### **Schnee erleben**

###### Zielsetzung

Den Schnee zu erleben fördert die Stimulation fast aller Sinne. Auch kann der Gleichgewichtssinn angeregt werden. Dies mögen viele Menschen mit ASS (Häußler, 2016). Ausserdem kann gelernt werden, wie die Temperaturen von Wasser und Schnee sich unterscheiden können.

###### Zielperson

Es gibt keine Einschränkungen für dieses Programm.

###### Material

- Warme Kleider
- Schnee
- Eis
- Weisse Gegenstände

###### Durchführung

Der Schnee ist ein spannendes Material. Dieser kann auf verschiedene Arten erlebt werden.

Es kann mit dem Körper ein Schneeengel erstellt oder auch nur mit einem Schuh ein Fussabdruck in den Schnee gedrückt werden. Sodann können weisse Gegenstände im Schnee versteckt werden, die von den Teilnehmenden gesucht werden müssen. Dies kann visuell als auch taktil gemacht werden. Mit dem Schnee können auch Formen gestaltet werden. Ein Schneeball kann möglichst weit oder zielsicher auf ein Objekt geworfen werden. Durch das Zusammendrücken des Schnees kann ein Turm oder ein kleines Iglu gebaut werden. Wie unterschiedlich klingt der Schnee beim Zerdrücken? Wenn der Schnee in die blossе Hand genommen wird, schmilzt dieser und wird zu Wasser. Es können Eiszapfen gesucht und untersucht werden. Wenn es eine kleine gefrorene Pfütze gibt, kann diese betreten werden. Es ist darauf zu achten, dass die Teilnehmenden nicht ausrutschen und sich verletzen.

###### Mögliche Wirkung

- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Schmelzen des Eises in der Hand oder im Wasser
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch das Ertasten der versteckten Objekte
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Einnehmen von Eis in den Mund
- Stimulation der auditiven Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Geräusche des Schnees

##### **Winterspaziergang**

###### Zielsetzung

Nicht nur die Ausdauer wird durch einen Spaziergang verbessert, sondern auch die Konzentrationsfähigkeit danach (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019). Ausserdem werden durch den Spaziergang viele unterschiedliche Sinne stimuliert.

###### Zielperson

Die Wege sollten vom Schnee befreit sein, damit auch Personen, die im Rollstuhl sitzen, mitkommen können. Ausserdem wird das Laufen dadurch vereinfacht.

###### Material

- Warme Kleidung

###### Durchführung

Der Göttschihof liegt etwas ausserhalb der Stadt, umgeben von der Natur. Dies eignet sich gut für einen längeren Spaziergang. Dieser kann in unterschiedliche Richtungen gestartet werden. Am besten führt der Weg durch den



Wald und etwas in die Höhe. Damit können die Teilnehmenden die verschiedenen Lebensräume im Winter erleben. Ausserdem ändert sich der Untergrund immer wieder.

Personen im Rollstuhl können von den Begleitpersonen gestossen werden, damit diese den Spaziergang ebenfalls miterleben können.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedliche Schneelandschaft
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedliche Beschaffenheit der Untergründe
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die winterlichen Gerüche
- Förderung der Ausdauer durch den Spaziergang

### **Möhren ansäen**

#### Zielsetzung

Die Temperaturen können von Menschen mit ASS teilweise nur erschwert wahrgenommen werden (Häußler, 2016). Im Februar ist es jedoch noch kalt und der Boden an gewissen Stellen gefroren. Das Arbeiten im Garten zu dieser Jahreszeit kann den Teilnehmenden aufzeigen, wie unterschiedlich die Temperaturen sein können.

#### Zielperson

Die Karotten können direkt ins Hochbeet gesät werden. Es können immobile als auch mobile Personen an diesem Programm teilnehmen. Das Verteilen der Samen braucht gute feinmotorische Fähigkeiten.

#### Material

- Gartenwerkzeug
  - Pflanzschaufel
  - Doppelkopf-Hacke
  - Handschlepprechen
- Möhrensamen

#### Durchführung

Ab Februar erwacht der Garten aus dem Winter. Es können die ersten Pflanzen direkt ins Beet gesät werden. Zum Beispiel kann die frühe Karotte bereits im Februar gesät werden. Weiter könnten Spinat, Blattsalat oder Erbsen zur gleichen Zeit gesät werden.

Der Boden sollte bei der Saat nicht mehr gefroren sein. Falls dies zum Saatzeitpunkt der Fall sein sollte, wird geraten die Aussaat zu verschieben.

Die frühen Möhren werden in Reihen mit einem Abstand von rund 20 Zentimeter ausgesät. Die Samen sollten in einer Tiefe von einem bis zwei Zentimeter ausgelegt werden. Am besten wird mit der Doppelkopf-Hacke eine lange Linie auf etwa zwei Zentimeter Tiefe gegraben. Danach können die Samen mit einem Abstand von fünf Zentimeter verteilt und mit Erde zugedeckt werden. Bis die ersten Anzeichen einer Möhre zu sehen ist, kann es bis zu drei Wochen dauern.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Arbeiten im Garten
- Förderung der Feinmotorik durch das Ansäen der kleinen Möhrensamen

## **Adventskranz**

### Zielsetzung

Das Erlernen einer Fähigkeit durch die verbale Kommunikation kann bei Menschen mit ASS eingeschränkt sein (Häußler, 2016). Wird das Resultat, in diesem Fall der Weihnachtskranz, visuell gezeigt, können die Teilnehmenden besser verarbeiten, was ihre Aufgabe ist. Dies kann dann durch die verbale Kommunikation unterstützt werden.

### Zielperson

Das Programm findet an einem Tisch statt, weshalb immobile und mobile Personen teilnehmen können. Für das Stecken eines Adventskranzes braucht es gute feinmotorische Fähigkeiten.

### Material

- Styroporring
- Tannenzweige
- Draht
- Gartenschere
- Kerzen
- Kerzenteller
- Dekoration

### Durchführung

Als Erstes werden die Tannenzweige mit der Gartenschere auf die richtige Grösse geschnitten. Dies kann von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern gemacht oder durch die Fachperson übernommen werden. Die Zweige sollten eine Länge von etwa 20 Zentimeter haben. Die geschnittenen Zweige werden mit einem Draht an den Styroporring befestigt. Wichtig ist, dass die Tannenzweige immer in dieselbe Richtung zweigen (Dachziegel). Dies ergibt ein schöneres Muster. Wenn nichts mehr von dem Styroporring zu sehen ist, können die Kerzen mit einem Kerzenteller auf den Kranz gesteckt werden.

Die Dekorationen für den Adventskranz können selbst im Garten gesucht und durch zugekaufte Dekoration ergänzt werden. Es können verschiedene Zapfen oder Äste verwendet werden. Diese können mithilfe des Drahtes an den Styroporring befestigt werden. Es ist darauf zu achten, dass die Dekorationen nicht zu nahe an den Kerzen befestigt werden, um nicht leicht Feuer fangen zu können.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das Dekorieren des Kranzes
- Förderung der Feinmotorik durch das Anstecken der unterschiedlichen Dekorationen
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die farblich unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der haptischen Wahrnehmung durch das Anfassen der Materialien

## **Weihnachtskugel dekorieren**

### Zielsetzung

Das Arbeiten in der Natur kann den Menschen mit ASS helfen, die sozialen Interaktionen zu fördern (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019). Durch das Arbeiten zusammen an einem Tisch können soziale Interaktionen zwischen den Teilnehmenden entstehen.

### Zielperson

Das Dekorieren von Weihnachtskugeln kann an einem Tisch ausgeführt werden. Es erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Durch das eigenständige Suchen der Dekoration sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mobil sein.

### Material

- Styroporkugel
- Dekoration
- Reissnägel
- Acrylglaskugel
- Malfarben
- Schere und Schnur

### Durchführung

In diesem Programm werden eine Styropor- und eine teilbare Acrylglaskugel dekoriert. Es gibt noch weitere Varianten, um eine Weihnachtskugel selbst zu gestalten.

Styroporkugel: Diese wird im gleichen Verfahren wie der Adventskranz im Abschnitt **Adventskranz** dekoriert. Es können Gegenstände aus dem Garten gesucht und mit Reissnägel an die Styroporkugel befestigt werden. Vorab kann die Kugel auch mit Malfarben angestrichen werden. Die Styroporkugel kann auch nur mit Reissnägeln dekoriert werden. Am Ende kann die Kugel mit einer Schnur versehen werden.

Acrylglaskugel: Transparente Acrylglaskugeln, die sich teilen lassen, müssen gekauft werden. Dies ermöglicht den Teilnehmenden, die Kugel von innen zu dekorieren. Diese kann mit Materialien aus dem Garten gefüllt und danach wieder geschlossen werden. Eine andere Idee wäre es, die Kugel von innen mit Malfarbe anzumalen. Als dritte Option kann ein Foto in die Kugel geklebt werden. Die Acrylglaskugeln besitzen bereits eine Öse, in der die Schnur eingefädelt werden kann.

Die fertigen Kugeln können mitgenommen werden oder für das Programm des Abschnittes **Weihnachtsbaum schmücken** wiederverwendet werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das eigenständige Dekorieren
- Förderung der Feinmotorik durch das Malen
- Fähigkeit erlernen durch das Schmücken einer Weihnachtskugel auf unterschiedliche Arten
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch die Malfarben oder Naturmaterialien
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien

## **Weihnachtsbaum schmücken**

### Zielsetzung

Das Zeitgefühl ist bei Menschen mit ASS eingeschränkt (Häußler, 2016). Durch das Schmücken des Baumes kann visuell aufgezeigt werden, dass bald Weihnachten ist und das Jahr zu Ende geht. Zudem ist es keine komplexe Handlung, sondern eine sich wiederholende.

### Zielperson

Für das Dekorieren eines Weihnachtsbaumes sind gute feinmotorische Fähigkeiten gefragt. Es können immobile als auch mobile Personen an dem Programm teilnehmen.

### Material

- Weihnachtsbaum
- Dekoration
  - o Weihnachtskugeln
  - o Girlanden
  - o Stern
  - o Lichterkette
- Leiter
- (Zeitschaltuhr)

### Durchführung

Der Weihnachtsbaum muss nicht ein klassischer Nadelbaum sein. Es kann auch ein anderer Baum, der im Garten steht, verwendet werden, um ihn weihnachtlich zu dekorieren. Es können die Weihnachtskugeln des Abschnittes **Weihnachtskugel dekorieren** verwendet werden. Weitere müssen vorab dazu gekauft werden. Bei einem Nadelbaum kann auf die Spitze ein Stern gesteckt werden. Die Lichterkette und Girlanden können um den Baum gewickelt werden. Mit einem Verlängerungskabel und einer Zeitschaltuhr kann eingestellt werden, ab wann die Lichter am Baum brennen sollen.

Mit einer Leiter können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die möchten, den Baum im oberen Teil dekorieren. Es ist darauf zu achten, dass immer eine Begleitperson dabei ist und die Leiter, wenn nötig, stützt.

Wenn der Weihnachtsbaum in einem Ständer steht, sollte der Baum mehrmals gegossen werden, da er sonst die Nadeln verliert.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das Schmücken des Weihnachtsbaumes
- Förderung der Feinmotorik durch das einzelne Aufhängen der Dekoration
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Farben der Dekoration
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien

## **Weihnachtsbaum abmontieren**

### Zielsetzung

Menschen mit ASS können schnell abgelenkt werden (Häußler, 2016). Visuelle Stimulation, die durch die Dekoration entstehen, können fixierend sein. Das heisst, durch dieses Programm kann die Aufmerksamkeit auf einen Gegenstand trainiert werden.

### Zielperson

Für das Demontieren der Dekoration des Weihnachtsbaums sind gute feinmotorische Fähigkeiten gefragt. Es können immobile als auch mobile Personen an dem Programm teilnehmen.

### Material

- Kiste
- (Gartenschere)
- (Säge)

### Durchführung

Nach der Weihnachtsfeier, irgendwann am Ende des Jahres, ist es Zeit, die Dekoration zu entfernen. Sie kann in eine Kiste versorgt und nächstes Jahr wieder verwendet werden. Die selbst gestalteten Weihnachtskugeln können aber auch mitgenommen werden.

Wenn der Weihnachtsbaum nicht mehr gebraucht wird und schon die Nadeln verliert, kann dieser mit Hilfe einer Gartenschere und Säge zerlegt werden. Am besten werden die Seitentriebe als erstes mit einer Gartenschere abgeschnitten. Der Stamm kann mit der Säge verkleinert werden. Das Holz kann für ein Feuer verwendet und die Tannenzweige im Grüncontainer entsorgt werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Ausdauer durch das Zerkleinern des Weihnachtsbaumes
- Anregung des Denkens durch den Baum, der ohne Wasser die Nadeln verliert
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die sämtliche Dekoration

## **Flechten**

### Zielsetzung

Die Koordination kann durch das Arbeiten im Garten verbessert werden (Barakat et al., 2019; Li et al., 2019). Durch das Flechten muss eine Koordination von beiden Händen entstehen, ebenso die Koordination auch der Augen und der Hände.

### Zielperson

Für das Flechten sind gute grobmotorische Fähigkeiten gefragt. Die Personen können immobil oder mobil sein. Es braucht etwas Kraft, um mit den Abschnitten von Weiden zu flechten.

### Material

- Weidenäste
- Pflöcke
- Hammer
- Gartenschere
- Säge

### Durchführung

Die Weidenäste werden von der Kundengärtnerei des Götschihofs zur Verfügung gestellt. Weidenäste eignen sich, dank ihrer Dehnbarkeit, gut zum Flechten.

Mit Weidenästen können verschiedene Objekte geflochten werden. In diesem Programm wird mit den Weidenästen eine kleine Mauer geflochten.

Als erstes muss der Standort der kleinen Weidenmauer entschieden werden, da diese im Nachhinein nicht mehr gut geändert werden kann. Nachdem der Standort definiert worden ist, werden je nach Länge der Mauer drei bis fünf Pflöcke in den Boden geschlagen. Die Pflöcke sollten einen Durchmesser von rund vier Zentimeter haben. Wenn diese auf einer Seite angespitzt werden, kann das Einschlagen vereinfacht werden. Die Pflöcke sollten einen Abstand von 30 Zentimeter haben. Werden diese enger aneinander in den Boden geschlagen, wird das Flechten erschwert. Die Länge der Pflöcke gibt die Höhe der Mauer vor.

Sind die Pflöcke im Boden, kann das Flechten beginnen. Am besten werden die Äste immer von der gleichen Seite eingeführt. Die Äste werden im Slalom um die Pflöcke gezogen. Die Äste sollten eine Länge von mindestens einem Meter haben und bei einem Pflock enden, damit sie gut halten. Die eingeführten Äste sollten fortlaufend nach unten gedrückt werden, damit kein Hohlraum entstehen kann.

Sind alle Weidenäste eingeflochten, können nach Wunsch der Start und das Ende mit einer Säge auf eine senkrechte Linie geschnitten werden.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Koordination durch das Flechten der Weidenäste
- Förderung der Kreativität durch das Erstellen einer einzigartigen Weidenmauer
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Weidenäste

## **Rassel mit Naturmaterialien basteln**

### Zielsetzung

Bei der akustischen Wahrnehmung kann es schnell zu einer Überempfindlichkeit des Gehörs kommen (Häußler, 2016). Diese Überempfindlichkeit könnte durch das Rasseln trainiert werden. Die Rassel kann unterschiedlich starke Töne von sich geben, je nach Kraft, die man fürs Rasseln verwendet.

### Zielperson

Das Programm findet am Tisch statt, womit immobile als auch mobile Personen teilnehmen können. Das Basteln erfordert gute feinmotorische Fähigkeiten. Die Geräusche der Rassel können auch Personen mit eingeschränkter Feinmotorik erleben.

### Material

- WC-Rolle
- PET-Flasche
- Material, das Rasselt
- Schere und Papier
- Verpackungsband
- Malfarben

### Durchführung

Eine Rassel kann aus verschiedenen Materialien hergestellt werden. In diesem Programm wird erklärt, wie eine Rassel aus einer WC-Rolle und einer PET-Flasche hergestellt werden kann.

Zum Füllen der Rassel können Steine, Nüsse oder andere Materialien, die in der Natur gefunden werden, verwendet werden. Als Alternative können auch Reiskörner oder Linsen verwendet werden.

WC-Rolle: Eine leere WC-Rolle dient dabei als Hülle der Rassel. Eine leere Küchenrolle kann ebenfalls verwendet werden. Als erstes muss ein offenes Ende der Rolle mit Papier und Klebeband verschlossen werden. Das Papier kann dabei vorgängig kreisförmig ausgeschnitten werden. Der Papierkreis wird auf die Öffnung gelegt und mit dem Verpackungsband angeklebt. Als nächstes kann die Rolle mit den gewünschten Materialien befüllt werden. Es kann auch eine Mischung aus mehreren Materialien sein. Die Rolle darf aber nicht ganz gefüllt werden, damit sich der Inhalt noch bewegen kann. Danach wird die offene Seite, im gleichen Verfahren wie die andere, geschlossen.

PET-Flasche: Eine Rassel aus einer PET-Flasche herzustellen, ist etwas einfacher. Es wird lediglich der Deckel der Flasche weggenommen und danach die Flasche mit dem Rasselmateriale gefüllt. Als Unterstützung kann ein Papiertrichter helfen. Auch die Flasche darf nicht ganz gefüllt werden, damit sich der Inhalt noch bewegen kann.

Die fertigen Rassel können mit Malfarben noch angestrichen oder direkt verwendet werden. Es kann untersucht werden, ob die einzelnen Füllmaterialien unterschiedlich klingen. Auch kann versucht werden zu erraten, was sich in den einzelnen Rassel befindet.

### Mögliche Wirkung

- Förderung der Kreativität durch das unterschiedliche Dekorieren der Rassel
- Förderung der Feinmotorik durch das Dekorieren und Einfüllen der Materialien
- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der auditiven Wahrnehmung durch das Rasseln

## **Punsch trinken**

### Zielsetzung

Viele Menschen mit ASS lernen besser durch die Nahsinne und nehmen auch viele Gegenstände in den Mund (Häußler, 2016). Durch die Hyposensibilität kann es sein, dass die Teilnehmenden die Hitze des Punsch nicht wahrnehmen können. Das kann durch das Programm verbessert werden.

### Zielperson

Es gibt keine Einschränkungen für dieses Programm.

### Material

- Feuerkessel

- Kelle
- Wasser
- Tassen
- Punsch

#### Durchführung

Das Feuer kann wie im Abschnitt **Feuer machen** erstellt werden. Es ist darauf zu achten, dass entweder ein Feuerkessel in das Feuer gestellt werden kann oder ein Grillrost installiert wird. Danach kann der Feuerkessel mit Wasser gefüllt und auf das Feuer gestellt werden. Nach einiger Zeit sollte das Wasser kochen und kann vom Feuer genommen werden. Das heisse Wasser kann mit einer Kelle in die Tassen abgefüllt werden. Vorab können die Teilnehmenden einen Geschmack des Punsches wählen.

Vorsicht mit dem heissen Wasser! Es ist darauf zu achten, dass das Wasser trinkbar ist; allenfalls kann es mit kaltem Wasser abgekühlt werden.

#### Mögliche Wirkung

- Stimulation der taktilen Wahrnehmung durch die unterschiedlichen Materialien
- Stimulation der olfaktorischen Wahrnehmung durch das Riechen des Feuers und des Punschs
- Stimulation der gustatorischen Wahrnehmung durch das Trinken des Punschs
- Förderung des Denkens durch die Erwärmung des Wassers mit dem Feuer

## 5. Diskussion

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse interpretiert und diskutiert. Als Erstes werden die Literaturrecherche und die bestehenden Konzepte nochmals aufgegriffen und diskutiert. Als nächstes werden die Besuchstage nochmals rekapituliert und diskutiert. Die wichtigsten Erkenntnisse aus dem Interview mit Ellen Wulfers werden interpretiert und diskutiert. Danach werden die wichtigsten Punkte aus dem erstellten Konzept mit den verschiedenen Jahreszeiten überprüft und diskutiert. Zum Abschluss wird noch das gesamte Konzept betrachtet.

### 5.1 Literaturrecherche

Für die Literaturrecherche wurden elf Schlüsselwörter von Aaron Ackermans vordefiniert. Vier davon waren Schlüsselwörter auf Deutsch. «Green Care» erzielte am meisten Suchergebnisse über alle elf Schlüsselwörter. Der Grund dafür ist, dass Green Care ein Oberbegriff ist für therapeutische, soziale oder pädagogische Interventionen mit Hilfe der Landwirtschaft, den Nutztieren, der Gartenarbeit oder dem allgemeinen Kontakt mit der Natur (D. K. Haubehofer et al., 2010). Mit den englischen Schlüsselworten wurden über alle Plattformen mehr Ergebnisse erzielt als mit deutschen. Dies kann durch den Ursprung der Gartentherapie in den Vereinigten Staaten von Amerika begründet werden (Schneiter-Ulmann, 2020). Denn erst knapp 40 Jahre danach verbreitete sich die Gartentherapie in den nördlichen und deutschsprachigen Teilen Europas. Ein weiterer Grund dafür kann sein, dass in den Vereinigten Staaten von Amerika Versicherungsgesellschaften die Kosten für Green Care Techniken nur übernehmen, wenn der Nutzen umfangreich erforscht wurde (Artz & Bitler Davis, 2017).

Im englischen wurde mit dem Schlüsselwort «Horticultural therapy», anstatt mit dem Schlüsselwort «Therapeutic horticulture» weitergearbeitet, obwohl «Therapeutic horticulture» mehr Suchergebnisse auf drei Plattformen finden konnte. Die genaue Definition und die Unterschiede der beiden Schlüsselwörter sind noch nicht klar (Artz & Bitler Davis, 2017; D. K. Haubehofer et al., 2010). Die Definition des Begriffs «Horticultural therapy» ist dem deutschen Begriff «Gartentherapie» aber am nächsten, weshalb mit diesem weitere Literatur gesucht wurde (Son et al., 2016).

#### 5.1.1 Bestehende Konzepte

Es wurden sechs brauchbare Studien zum Thema ASS und der Gartentherapie gefunden. In keiner der gefundenen Studien wurden aber exakte Programme vorgestellt, die für die Gartentherapie für Menschen mit ASS verwendet werden können. Ein Grund für die fehlenden Programme ist das fehlende Wissen der Wirkung der Gartentherapie (Im et al., 2018; Relf, 2012). Die Überprüfbarkeit wird erschwert, da diese durch Befragungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die in der Regel Menschen mit geistigen und psychischen Störungen, Demenz oder Entwicklungsstörungen sind, beantwortet werden muss (Im et al., 2018). Ein weiterer Grund ist die unklare Definition des Begriffes «Gartentherapie» oder im englischen «Horticultural therapy» (Son et al., 2016). Dadurch ist die Gartentherapie noch nicht als professionelle Behandlung von Patientinnen und Patienten in medizinischen Kreisen akzeptiert.

Im Buch «Lehrbuch Gartentherapie» wurde auf einer Seite ein gartentherapeutisches Programm aufgelistet für ein Kind mit ASS. Die gartentherapeutischen Interventionen sind ähnlich, wie die des erstellten Programms von Aaron Ackermans. In beiden Konzepten werden Kräuter (gepflanzt, diese gepflegt und geerntet sowie verarbeitet. Der Zeitpunkt der einzelnen Aufgaben ist im Buch besser beschrieben als im Konzept von Aaron Ackermans. Der inhaltliche Ablauf wird im Konzept von Aaron Ackermans jedoch exakter beschrieben. Zudem wurde auf die Materialliste im Buch verzichtet.

Die gefundenen gartentherapeutischen Programme sind für kein spezielles Klientel angepasst worden und können deshalb als Grundlage für das Erstellen eines persönlichen Programmes dienen.

Programme für Menschen mit ASS zu finden ist schwierig, da die Zielsetzungen der Therapie individuell mit den einzelnen Betroffenen definiert werden müssen (Kamp-Becker & Bölte, 2021), dies durch die Vielfalt der Krankheitsbilder von den Menschen mit ASS (Teufel & Soll, 2021). Auch in der Definition der Gartentherapie wird darauf aufmerksam gemacht, dass die Zielsetzungen individuell für die einzelnen Teilnehmenden definiert werden müssen (D. Haubehofer et al., 2013). Die Programme werden den Bedürfnissen der Teilnehmenden und



somit auch den Zielsetzungen präzise angepasst. Dies könnte der Grund sein, weshalb bei der Recherche keine Programme für Menschen mit ASS gefunden wurden.

## 5.2 Besuchstag

An allen Besuchstagen im Gartenatelier änderte sich kurzfristig vor oder während dem Atelier etwas. Meist wurde die Zusammenstellung der Teilnehmenden kurzfristig geändert. Dies ist aber üblich für Gartentherapien in Kliniken, Institutionen oder Krankenhäuser (Meixner-Katzmann, 2020). Durch eine Vorstellungsrunde zu Beginn lernen sich die Teilnehmenden kennen, auch wenn sich die Zusammensetzung verändert hat. Das vorbereitete Programm änderte sich spontan zweimal. Einmal wurde anstelle vom Unkraut jäten ein Spaziergang gemacht. Das andere Mal wurde aus dem Gartenatelier eine Physiotherapiestunde. Bei der Gartentherapie sollte das Hauptaugenmerk nicht auf dem Resultat liegen, sondern auf dem Prozess (D. Haubehofer et al., 2013). So können die therapeutischen Ziele auch durch das Fokussieren auf den Prozess der Ausübung einer Tätigkeit erreicht werden (Haller & Capra, 2017).

An den Besuchstagen war M. mehrmals im Gartenatelier und Aaron Ackermans konnte sich notieren, wie er sich bei den unterschiedlichen Tätigkeiten verhält. Dies half bei der Erstellung der Programme für das Konzept. An allen Besuchstagen war C. leider nicht anwesend. Entweder nahm er nicht am Gartenatelier teil, war in Isolation oder zu Hause bei den Eltern. Durch ein Interview mit Ellen Wulfers konnte Ackermans herausfinden, was C. alles schon im Gartenatelier gemacht hat. Es wäre dennoch ein Vorteil gewesen, ihn persönlich im Gartenatelier zu besuchen.

## 5.3 Interview mit Ellen Wulfers

Das Interview mit Ellen Wulfers brachte viele neue Sichtweisen. Der Werdegang von Ellen Wulfers zeigt auf, dass es möglich ist, von der Physiotherapie in die Gartentherapie zu gelangen. Sie hat viele Weiterbildungen gemacht. Das einzige, was ihr fehlt, sind die gärtnerischen Qualifikationen (D. Haubehofer et al., 2013; Schneider-Ulmann, 2020). Sie bringt aber Erfahrung aus ihrem Leben mit und wird zusätzlich bei Fragen von der Kundengärtnerei am Götschihof unterstützt.

Wie dem Interview entnommen werden kann, bleiben die Teilnehmenden über eine längere Zeit im Gartenatelier. Dadurch kann auch über längere Zeit an den Zielsetzungen gearbeitet und können diese angepasst werden. Das ist wichtig bei Menschen mit ASS (Girsberger, 2020; Kamp-Becker & Bölte, 2021). Ebenfalls sind die Zusammenstellungen der Teilnehmenden während einer Gartensession meist gleich. Dies hilft den Menschen mit ASS, weil diese öfters eingeschränkt sind, was die sozialen Kompetenzen betrifft (Kamp-Becker & Bölte, 2021; Noterdaeme et al., 2017).

Ellen Wulfers erklärt im Interview, dass am Götschihof keine klassische Gartentherapie durchgeführt wird, sondern ein Gartenatelier. Der Begriff «Gartenatelier» wird in der Literatur kaum gebraucht, weshalb es schwierig ist, diesen exakt zu definieren. Der Unterschied liegt laut Ellen Wulfers darin, dass beim Gartenatelier keine spezifischen Zielsetzungen für die einzelnen Teilnehmenden vordefiniert werden. Ausserdem werden die Gartenatelier-Sessions nicht dokumentiert. Somit hat das Gartenatelier mehr etwas mit dem englischen «Therapeutic Horticulture» und «Social and Therapeutic Horticulture» zu tun (Artz & Bitler Davis, 2017; Sempik et al., 2003). Durch den therapeutischen Hintergrund von Ellen überlegt sie sich trotzdem gewisse Ziele für die Teilnehmenden.

Die selbst definierten Ziele von Ellen Wulfers für M. und C. im Gartenatelier beziehen sich auf die Aufmerksamkeitsspanne und das Wahrnehmen der Zeit. Für Menschen mit ASS ist es schwierig sich längere Zeit auf etwas zu konzentrieren, weshalb diese Zielsetzung Sinn macht (Häußler, 2016; Teufel & Soll, 2021; Tomchek & Koenig, 2018). Auch die zweite Zielsetzung von Ellen Wulfers ist sinnvoll für Menschen mit ASS, denn diese haben öfters ein eingeschränktes Zeitgefühl (Häußler, 2016). Dies kann vor allem durch visuelle Strukturierungen, was im Gartenatelier der Fall ist, unterstützt werden (Teufel & Soll, 2021).

## 5.4Frühling

Die Pflanzenaussaat wurde bereits mit den Teilnehmer M. und C. in einem Gartenatelier durchgeführt. Dieser Punkt wurde erneut aufgegriffen und in dem erstellten Konzept beschrieben, da es ein wichtiger Bestandteil der Gartenarbeit ist. Als Alternative könnten auch Stecklinge zugekauft werden. Das Arbeiten mit Pflanzen sollte aber unbedingt beibehalten werden, da dies einen positiven Effekt auf die Teilnehmenden hat (Meore et al., 2021; Tseng et al., 2020). Aber auch die bloss passive Interaktion mit der Natur hat einen positiven Einfluss auf die Menschen (Grinde & Patil, 2009). Deshalb kann auch schon das Ansäen einen positiven Effekt auf die mentale Gesundheit der Teilnehmenden haben.

Das Herstellen des Kompostes ist eine körperlich intensive Aufgabe. Eine Studie von Lee et al. (2021) mit jungen Erwachsenen zeigte, dass bei körperlich intensiven Gartentätigkeiten das höchste Aufmerksamkeitsniveau gemessen wurde. Sowa und Meulenbroek (2012) zeigten in ihrer Meta-Analyse, dass durch körperliche Aktivitäten bei Menschen mit ASS nicht nur die körperliche Verfassung verbessert werden kann, sondern auch die motorischen und sozialen Fähigkeiten gefördert werden. Zudem können körperliche Aktivitäten bei Schlafstörungen helfen (Ansari et al., 2021).

## 5.5Sommer

Im Sommer spielt vor allem das Wasser eine wichtige Rolle. Nicht nur für die Pflanzen, sondern auch für die Menschen. Aktivitäten rund um das Wasser regen die Phantasie, das Erforschen und das Entdecken an (Wilson, 2006). Durch das Erleben von Wasser werden auditive, visuelle und taktile Sinneswerte für Menschen mit ASS stimuliert. Allein die Geräusche von fallendem Wasser und die kühlende Wirkung bieten wichtige psychologische und emotionale Werte für einen Garten. Der Teich des Götschihofs könnte durch das Hinzufügen einer kleinen Fontaine im Teich aufgewertet werden, da diese vor allem für hypersensitive Menschen ein beruhigendes Geräusch erzeugt. Ausserdem löst diese wiederum visuelle Stimulation aus.

Ebenfalls blühen im Sommer die Blumen. So können diese gut eingebaut werden in die Gartensession. Es sollte aber darauf geachtet werden, dass die Blumen nicht giftig sind für den Menschen, da Menschen mit ASS diese in die Hände nehmen, ohne die Gefahr dahinter zu sehen (Wilson, 2006). Es empfiehlt sich deshalb, die Blumenwiese selber anzusäen. Die farbigen duftenden Blumen sprechen unterschiedliche sensorische Stimulationen an, was interessant für die Teilnehmenden ist (Hebert, 2003; Wilson, 2006). Aber auch Kräuter liefern diese Stimulation. Die Teilnehmenden können selbst mit den verschiedenen Pflanzenmaterialien experimentieren. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Wahl und Kontrolle der Intensität immer bei den Teilnehmenden bleibt (Wilson, 2006).

## 5.6Herbst

Das Feuer kann ein gefährliches Element sein. Der richtige Umgang ist dabei wichtig und kann durch das Gartenatelier gelernt werden. Collins et al. (2021) zeigten auf, dass viele Brandstifter eine geistige Behinderung oder Autismus haben. Durch den geschützten Kontakt mit dem Feuer kann dieses Risiko gemindert werden.

Durch das Erstellen von Nisthilfen in Form von Stein-, Ast- oder Laubhaufen werden verschiedene Tierarten angezogen. In den letzten Jahrzehnten stand die tiergestützte Therapie von Menschen mit ASS immer mehr im Fokus (Droboniku & Mychailyszyn, 2021; Fung & Leung, 2014). Dabei spielen Pferde und Hunde eine wichtige Rolle (Nieforth et al., 2021). Durch die tiergestützte Therapie werden vor allem die sozialen Interaktionen gefördert. Da C. Angst vor Pelztieren hat, müsste untersucht werden, ob die tiergestützte Therapie mit Pferden oder Hunden etwas für ihn wäre. Fung und Leung (2014) zeigten auf, dass als Alternative auch eine Puppe genommen werden kann.

## 5.7Winter

Im Winter sind die gärtnerischen Aktivitäten meist etwas eingeschränkt. Dafür kann die Zeit gewonnen werden für alternative Tätigkeiten wie zum Beispiel das Musizieren. Es ist bekannt, dass C. Musik mag, weshalb es eine

gute Möglichkeit wäre, um herauszufinden, ob er sie auch gerne selber macht. Es ist bekannt, dass Musik für Menschen mit ASS von Nutzen sein kann (Simpson & Keen, 2011). Durch die Musik sollten die Kommunikation, die Soziale Interaktion und auch die Verhaltensfähigkeiten gefördert werden. Die improvisierte Musiktherapie fördert die Menschen mit ASS mehr als das Arbeiten mit vorgegebenen Liedern. Dadurch sind die Teilnehmenden freier und es kann besser auf sie eingegangen werden.

## 5.8 Gesamtes Konzept

Das Konzept wurde der Übersicht halber in die vier Jahreszeiten eingeteilt. Haubenhofer et al. (2013) teilten ihr Programm ebenfalls nach den Jahreszeiten auf. Eine andere Möglichkeit wäre auch das Einteilen nach den verschiedenen Wirkungen. Haller und Capra (2017) teilten das Programme in Beruf, Therapie und ins Soziale ein. Niepel und Pfister (2010) teilten ihr Programm nochmals anders auf. Sie teilten es in verschiedene Tätigkeiten auf. Gabaldo et al. (2003) stellten die Ideen dem vegetativen Ablauf der Pflanze vor. Sie starten mit dem Samen und enden mit der Ernte.

Die Tätigkeiten, die in einer Küche anfallen, können nicht aufgeführt werden, da eine solche zum Zeitpunkt der Arbeit im Gartenatelier fehlte. Ellen erläuterte, dass sie sich in naher Zukunft vorstellen kann, eine elektrische Kochplatte anzuschaffen. Wird die Infrastruktur im Garten erweitert, könnten die Programme ebenfalls erweitert werden. Der Singgarten, welcher geplant ist, wurde ebenfalls nicht ins Programm aufgenommen. Nach Fertigstellung können Tätigkeiten in diesem ins Programm aufgenommen werden.

Das Konzept wurde speziell für zwei Personen vom Götschihof erstellt. Sie sind sich in der Diagnose ähnlich, ihr Alter liegt aber 20 Jahre auseinander. Wenn Menschen älter werden, können sich ihre körperliche Gesundheit als auch ihre kognitiven Fähigkeiten verschlechtern (Edelson et al., 2021). Weil die Diagnose ASS meist in jungen Jahren geschieht, ist das Forschen für deren Therapien verbreitet, jedoch nicht für ältere Menschen. Ebenfalls sind Menschen mit ASS trotz der gleichen Diagnose verschieden (Kamp-Becker & Bölte, 2021). Deshalb sollte bei der Durchführung des Programms darauf geachtet werden, ob beide gleich auf die Therapie reagieren, oder ob es doch zwei verschiedene Programme bräuchte.

## 6. Fazit

Die Literaturrecherche hat gezeigt, dass keine konkreten gartentherapeutischen Programme für Menschen mit ASS gefunden wurden. Es wurden jedoch Gestaltungsvorschläge für die Entwicklung eines Gartens beziehungsweise eines Spielplatzes für Menschen mit ASS gefunden. Es gibt viel Literatur zum Thema der Auswirkung der Natur auf den Menschen. Grund für die Lücken in der Literatur kann die fehlende Evidenzen gegenüber der Wirkung sein. Dies hängt wiederum mit der Schwierigkeit der Auswertung zusammen, da diese durch Befragungen der Teilnehmenden, die meist eine psychische oder physische Beeinträchtigung haben, unklar durchgeführt wird. Ebenfalls ist die Abgrenzung der «Horticultural therapy» von der «Therapeutic Horticulture» unklar, wobei die individuellen Zielsetzungen und die Dokumentierung in der «Therapeutic Horticulture» fehlt.

Weil die Zielsetzungen und dadurch auch die Programme individuell für die Teilnehmenden zusammengestellt werden müssen, werden diese meist direkt von der gartentherapeutischen Fachperson erstellt. Durch das Anfragen von Institutionen, die Gartentherapie betreiben, könnten Programme gesammelt werden, die mit dem selbst erstellten Programm verglichen werden können. Die Individualität zeigt auch, dass nicht zwei Personen dasselbe Konzept anwenden können. Das erstellte Konzept dient als Planungsgrundlage. Es sollte zuerst überprüft werden und allenfalls den Teilnehmenden angepasst werden. Es kann aber auch sein, dass gewisse Programmpunkte mit beiden Teilnehmern ohne grosse Anpassungen durchgeführt werden können.

## 7. Literaturverzeichnis

- Ansari, S., AdibSaber, F., Elmieh, A., & Gholamrezaei, S. (2021). The effect of water-based intervention on sleep habits and two sleep-related cytokines in children with autism. *Sleep Medicine*, 82, 78–83. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.03.045>
- Artz, B., & Bitler Davis, D. (2017). Green Care: A Review of the Benefits and Potential of Animal-Assisted Care Farming Globally and in Rural America. *Animals*, 7(12), 31. <https://doi.org/10.3390/ani7040031>
- Barakat, H. A.-E.-R., Bakr, A., & El-Sayad, Z. (2019). Nature as a healer for autistic children. *Alexandria Engineering Journal*, 58(1), 353–366. <https://doi.org/10.1016/j.aej.2018.10.014>
- Beck, T. (2020). Bedürfniserhebung als Planungsgrundlage für Therapiegärten und Gartentherapieeinheiten. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 108–114). Hogrefe.
- Beck, T., Föhn, M., Hofamnn, R., Karn, S., Schneiter-Ulmann, R., & Verra, M. (2020). Das KTI-Projekt "Therapie- und Erlebnisgarten RehaClinic Zurzach. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 231–324). Hogrefe.
- Beck, T., Hofamnn, R., Höchli, K., Karn, S., & Schneiter-Ulmann, R. (2020). KTI-Projekt Therapeutische Gärten für Alterszentren. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 149–227). Hogrefe.
- Bromley, R. L., Mawer, G., Clayton-Smith, J., Baker, G. A., & On behalf of the Liverpool and Manchester Neurodevelopment Group. (2008). Autism Spectrum Disorders following in utero exposure to antiepileptic drugs. *Neurology*, 71(23), 1923–1924. <https://doi.org/10.1212/01.wnl.0000339399.64213.1a>
- Chaidez, V., Fernandez y Garcia, E., Wang, L. W., Angkustsiri, K., Krakowiak, P., Hertz-Picciotto, I., & Hansen, R. L. (2018). Comparison of maternal beliefs about causes of autism spectrum disorder and association with utilization of services and treatments. *Child: Care, Health and Development*, 44(6), 916–925. <https://doi.org/10.1111/cch.12612>
- Chiarotti, F., & Venerosi, A. (2020). Epidemiology of Autism Spectrum Disorders: A Review of Worldwide Prevalence Estimates Since 2014. *Brain Sciences*, 10(5), 274. <https://doi.org/10.3390/brainsci10050274>
- Collins, J., Barnoux, M., & Langdon, P. E. (2021). Adults with intellectual disabilities and/or autism who deliberately set fires: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 56, 101545. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101545>
- Corsello, C. M. (2005). Early Intervention in Autism. *Infants & Young Children*, 18(2), 74–85. <https://doi.org/10.1097/00001163-200504000-00002>
- Davis, S. (1998). *Development of the profession of horticultural therapy*. Food Products Press. [https://scholar.google.com/scholar\\_lookup?title=Development+of+the+profession+of+horticultural+therapy&author=Davis%2C+S.&publication\\_year=1998](https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Development+of+the+profession+of+horticultural+therapy&author=Davis%2C+S.&publication_year=1998)
- Droboniku, M. J., & Mychailyszyn, M. P. (2021). Animal Interaction Affecting Core Deficit Domains Among Children with Autism: A Meta-Analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(12), 4605–4620. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-04891-3>

- Edelson, S. M., Nicholas, D. B., Stoddart, K. P., Bauman, M. B., Mawlam, L., Lawson, W. B., Jose, C., Morris, R., & Wright, S. D. (2021). Strategies for Research, Practice, and Policy for Autism in Later Life: A Report from a Think Tank on Aging and Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *51*(1), 382–390.  
<https://doi.org/10.1007/s10803-020-04514-3>
- Etherington, N. (2012). *Gardening for children with autism spectrum disorders and special educational needs: Engaging with nature to combat anxiety, promote sensory integration and build social skills*. Jessica Kingsley Publishers.
- Flick, K. M. (2012). The Application of a Horticultural Therapy Program for Preschool Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Therapeutic Horticulture*, *22*(1), 38–45.
- Fombonne, E. (2001). Is There an Epidemic of Autism? *Pediatrics*, *107*(2), 411–412.  
<https://doi.org/10.1542/peds.107.2.411>
- Fombonne, E. (2018). Editorial: The rising prevalence of autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *59*(7), 717–720.  
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12941>
- Fombonne, E. (2020). Epidemiological controversies in autism. *Swiss Archives of Neurology, Psychiatry and Psychotherapy*, *1*.  
<https://doi.org/10.4414/sanp.2020.03084>
- Freitag, C. M., & Schneider, M. (2017). Verhaltenstherapeutisch basierte Frühförderprogramme. In M. Noterdaeme, K. Ullrich, & A. Enders (Hrsg.), *Autismus-Spektrum-Störungen (ASS): Ein integratives Lehrbuch für die Praxis* (2., überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 267–281). Verlag W. Kohlhammer.
- Fung, S., & Leung, A. S. (2014). Pilot Study Investigating the Role of Therapy Dogs in Facilitating Social Interaction among Children with Autism. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, *44*(4), 253–262.  
<https://doi.org/10.1007/s10879-014-9274-z>
- Gabaldo, M. M., King, M., Rothert, E. A., & Chicago Botanic Garden. (2003). *Health through horticulture: A guide for using the outdoor garden for therapeutic outcomes*.
- Georg, J. (2020). Gartentherapeutischer Prozess und Evaluation. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 74–87). Hogrefe.
- Ghasemtabar, S. N., Hosseini, M., Fayyaz, I., Arab, S., Naghashian, H., & Poudineh, Z. (2015). Music therapy: An effective approach in improving social skills of children with autism. *Advanced Biomedical Research*, *4*, 157.  
<https://doi.org/10.4103/2277-9175.161584>
- Girsberger, T. (2020). *Die vielen Farben des Autismus: Spektrum, Ursachen, Diagnose, Therapie und Beratung* (5., aktualisierte Auflage). Verlag W. Kohlhammer.
- Gonzalez, M. T., Hartig, T., Patil, G. G., Martinsen, E. W., & Kirkevold, M. (2010). Therapeutic horticulture in clinical depression: A prospective study of active components: Therapeutic horticulture in clinical depression. *Journal of Advanced Nursing*, no-no.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05383.x>
- Grinde, B., & Patil, G. (2009). Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *6*(9), 2332–2343.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph6092332>

- Gross, W., Linden, U., & Ostermann, T. (2010). Effects of music therapy in the treatment of children with delayed speech development—Results of a pilot study. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, *10*, 39.  
<https://doi.org/10.1186/1472-6882-10-39>
- Grove, R., Hoekstra, R. A., Wierda, M., & Begeer, S. (2018). Special interests and subjective wellbeing in autistic adults: Special interests and wellbeing in autism. *Autism Research*, *11*(5), 766–775.  
<https://doi.org/10.1002/aur.1931>
- Haller, R. L., & Capra, C. L. (Hrsg.). (2017). *Horticultural therapy methods: Connecting people and plants in health care, human services, and therapeutic programs* (Second edition). CRC Press, Taylor & Francis Group.
- Haubehofer, D., Enehofer, K., Holzapfel, I., Kleber, S., Pflügl, S., Plitzka, E., & Weigend-Berger, T. (2013). *Gartentherapie: Theorie-Wissenschaft-Praxis*. Umweltschutzverein Bürger und Umwelt.  
<https://www.haup.ac.at/wp-content/uploads/2019/11/Gartentherapie-Theorie-Wissenschaft-Praxis.pdf>
- Haubehofer, D. K., Elings, M., Hassink, J., & Hine, R. E. (2010). The Development of Green Care in Western European Countries. *EXPLORE*, *6*(2), 106–111.  
<https://doi.org/10.1016/j.explore.2009.12.002>
- Häußler, A. (2016). *Der TEACCH® Ansatz zur Förderung von Menschen mit Autismus: Einführung in Theorie und Praxis* (5., verbesserte und erweiterte Aufl). verlag modernes lernen.
- Hebert, B. B. (2003). Design guidelines of a therapeutic garden for autistic children. *Luisiana State University*, 122.
- Herbert, M. R., Russo, J. P., Yang, S., Roohi, J., Blaxill, M., Kahler, S. G., Cremer, L., & Hatchwell, E. (2006). Autism and environmental genomics. *NeuroToxicology*, *27*(5), 671–684.  
<https://doi.org/10.1016/j.neuro.2006.03.017>
- Im, E.-A., Park, S.-A., & Son, K.-C. (2018). Developing evaluation scales for horticultural therapy. *Complementary Therapies in Medicine*, *37*, 29–36.  
<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.01.008>
- Isaksen, J., Diseth, T. H., Schjølberg, S., & Skjeldal, O. H. (2012). Observed prevalence of autism spectrum disorders in two Norwegian counties. *European Journal of Paediatric Neurology*, *16*(6), 592–598.  
<https://doi.org/10.1016/j.ejpn.2012.01.014>
- Isaksen, J., Diseth, T. H., Schjølberg, S., & Skjeldal, O. H. (2013). Autism Spectrum Disorders – Are they really epidemic? *European Journal of Paediatric Neurology*, *17*(4), 327–333.  
<https://doi.org/10.1016/j.ejpn.2013.03.003>
- Kamp-Becker, I., & Bölte, S. (2014). *Autismus* (2. Auflage). Ernst Reinhardt.
- Kamp-Becker, I., & Bölte, S. (2021). *Autismus* (3., vollständig überarbeitete Auflage). Ernst Reinhardt Verlag.
- Kessler, V. (2018). *Geschäftsbericht 2018* (S. 28) [Geschäftsbericht]. Stiftung Solvita.  
<https://www.solvita.ch/fileadmin/files/geschaeftsberichte/Solvita-Geschaeftsbericht-2018.pdf>
- Kessler, V. (2020). *Geschäftsbericht 2020* (S. 24) [Geschäftsbericht]. Stiftung Solvita.  
[https://www.solvita.ch/fileadmin/files/geschaeftsberichte/solvita\\_geschaeftsbericht\\_2020.pdf](https://www.solvita.ch/fileadmin/files/geschaeftsberichte/solvita_geschaeftsbericht_2020.pdf)
- Kolevzon, A., Gross, R., & Reichenberg, A. (2007). Prenatal and Perinatal Risk Factors for Autism: A Review and Integration of Findings. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, *161*(4), 326.  
<https://doi.org/10.1001/archpedi.161.4.326>

- Lee, A.-Y., Kim, S.-O., & Park, S.-A. (2021). Attention and Emotional States during Horticultural Activities of Adults in 20s Using Electroencephalography: A Pilot Study. *Sustainability*, 13(23), 12968. <https://doi.org/10.3390/su132312968>
- Leonard, H., Dixon, G., Whitehouse, A. J. O., Bourke, J., Aiberti, K., Nassar, N., Bower, C., & Glasson, E. J. (2010). Unpacking the complex nature of the autism epidemic. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(4), 548–554. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2010.01.003>
- Levy, S. E., & Hyman, S. L. (2015). Complementary and Alternative Medicine Treatments for Children with Autism Spectrum Disorders. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 24(1), 117–143. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2014.09.004>
- Li, D., Larsen, L., Yang, Y., Wang, L., Zhai, Y., & Sullivan, W. C. (2019). Exposure to nature for children with autism spectrum disorder: Benefits, caveats, and barriers. *Health & Place*, 55, 71–79. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.11.005>
- Mayer-Benarous, H., Benarous, X., Vonthron, F., & Cohen, D. (2021). Music Therapy for Children With Autistic Spectrum Disorder and/or Other Neurodevelopmental Disorders: A Systematic Review. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsy.2021.643234>
- Meixner-Katzmann, K. (2020). Gartentherapie im Bereich Pädiatrie. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 356–378). Hogrefe.
- Menear, K. S., Smith, S. C., & Lanier, S. (2006). A Multipurpose Fitness Playground for Individuals with Autism: Ideas for Design and Use. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 77(9), 20–25. <https://doi.org/10.1080/07303084.2006.10597937>
- Meore, A., Sun, S., Byma, L., Alter, S., Vitale, A., Podolak, E., Gibbard, B., Adams, T., Boyer, J., Galfalvy, H., Yehuda, R., Feder, A., & Haghghi, F. (2021). Pilot evaluation of horticultural therapy in improving overall wellness in veterans with history of suicidality. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102728. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102728>
- Nieforth, L. O., Schwichtenberg, A. J., & O’Haire, M. E. (2021). Animal-Assisted Interventions for Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review of the Literature from 2016 to 2020. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://doi.org/10.1007/s40489-021-00291-6>
- Niepel, A., & Neuhauser, F. (2016). Die Rolle der Gartentherapie. In C. Berting-Hüneke, *Gartentherapie* (3., ergänzte Auflage, S. 31–37). Schulz-Kirchner Verlag.
- Niepel, A., & Pfister, T. (2010). *Praxisbuch Gartentherapie: Umfasst Programme aus den Bereichen Gärtnerei, Pflanzenverwendung und Floristik sowie Arbeitsbücher und weitere Materialien* (1. Aufl.). Schulz-Kirchner.
- Noterdaeme, M., Ullrich, K., & Enders, A. (Hrsg.). (2017). *Autismus-Spektrum-Störungen (ASS): Ein integratives Lehrbuch für die Praxis* (2., überarbeitete und erweiterte Auflage). Verlag W. Kohlhammer.
- Nowell, K. P., Bernardin, C. J., Brown, C., & Kanne, S. (2021). Characterization of Special Interests in Autism Spectrum Disorder: A Brief Review and Pilot Study Using the Special Interests Survey. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(8), 2711–2724. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04743-6>



- Nye, C., & Brice, A. (2005). Combined vitamin B6-magnesium treatment in autism spectrum disorder. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.  
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD003497.pub2>
- Poustka, L., Poustka, F., & Kamp-Becker, I. (2019). Autismus-Spektrum-Störung. In S. Schneider & J. Margraf (Hrsg.), *Lehrbuch der Verhaltenstherapie, Band 3: Psychologische Therapie bei Indikationen im Kindes- und Jugendalter* (S. 335–358). Springer Berlin Heidelberg.  
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-57369-3>
- Putz, M. (2016). Natur und Garten als ergotherapeutisches Medium. In C. Berting-Hüneke, *Gartentherapie* (3., ergänzte Auflage, S. 74–91). Schulz-Kirchner Verlag.
- Relf, D. (2012). Advancing Horticultural Therapy through Research and Publishing. *Acta Horticulturae*, 954, 13–20.  
<https://doi.org/10.17660/ActaHortic.2012.954.1>
- Rey, J. M., Walter, G., & Soh, N. (2008). Complementary and Alternative Medicine (CAM) Treatments and Pediatric Psychopharmacology. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 47(4), 364–368.  
<https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e31816520e5>
- Salomone, E., Charman, T., McConachie, H., & Warreyn, P. (2015). Prevalence and correlates of use of complementary and alternative medicine in children with autism spectrum disorder in Europe. *European Journal of Pediatrics*, 174(10), 1277–1285.  
<https://doi.org/10.1007/s00431-015-2531-7>
- Scartazza, A., Mancini, M. L., Proietti, S., Moscatello, S., Mattioni, C., Costantini, F., Di Baccio, D., Villani, F., & Massacci, A. (2020). Caring local biodiversity in a healing garden: Therapeutic benefits in young subjects with autism. *Urban Forestry & Urban Greening*, 47, 126511.  
<https://doi.org/10.1016/j.ufug.2019.126511>
- Schleien, S. J., Rynders, J. E., Mustonen, T., Heyne, L. A., & Kaase, S. J. (1991). Teaching Horticulture skills to adults with Autism: A replicated case study. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 6, 21–37.
- Schneiter-Ulmann, R. (2020). Gartentherapie—Begriffe, Entwicklung, Anwendung. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 25–40). Hogrefe.
- Schneiter-Ulmann, R., Föhn, M., & Beck, T. (Hrsg.). (2020). *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage). Hogrefe.
- Sempik, J., Aldridge, J., & Becker, S. (2003). *Social and therapeutic horticulture: Evidence and messages from research* (1. publ.). Loughborough University (in association with Thrive).
- Sempik, J., Rickhuss, C., & Beeston, A. (2014). The Effects of Social and Therapeutic Horticulture on Aspects of Social Behaviour. *British Journal of Occupational Therapy*, 77(6), 313–319.  
<https://doi.org/10.4276/030802214X14018723138110>
- Simpson, K., & Keen, D. (2011). Music Interventions for Children with Autism: Narrative Review of the Literature. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41(11), 1507–1514.  
<https://doi.org/10.1007/s10803-010-1172-y>
- Son, K. C., Jung, S. J., Lee, A. Y., & Park, S. A. (2016). The theoretical model and universal definition of horticultural therapy. *Acta Horticulturae*, 1121, 79–88.  
<https://doi.org/10.17660/ActaHortic.2016.1121.12>

- Sowa, M., & Meulenbroek, R. (2012). Effects of physical exercise on Autism Spectrum Disorders: A meta-analysis. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(1), 46–57.  
<https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.09.001>
- Stiftung Solvita. (2021). *Gartentherapie/Gartenagogik in der Stiftung Solvita Götschihof*.  
<https://files.designer.hoststar.ch/25/d8/25d87732-12c0-48f9-be6a-6e22884b445d.pdf>
- Stiftung Solvita. (2022a). *Stiftung Solvita: Götschihof*. Stiftung Solvita: Institution für Menschen mit Behinderung.  
<https://www.solvita.ch/arbeiten/goetschihof/>
- Stiftung Solvita. (2022b). *Stiftung Solvita: Leitbild*. Stiftung Solvita: Institution für Menschen mit Behinderung.  
<https://www.solvita.ch/ueber-uns/leitbild/>
- Stiftung Solvita. (2022c). *Stiftung Solvita: Über uns*. Stiftung Solvita: Institution für Menschen mit Behinderung.  
<https://www.solvita.ch/ueber-uns/>
- Strohmeier, G. (2016). Soziale Kompetenzen durch das Gärtnern. In C. Berting-Hüneke, *Gartentherapie* (3., ergänzte Auflage, S. 118–128). Schulz-Kirchner Verlag.
- Teufel, K., & Soll, S. (2021). *Autismus-Spektrum-Störungen* (1. Auflage). Hogrefe.  
<https://doi.org/10.1026/03075-000>
- Tomchek, S. D., & Koenig, K. P. (2018). *Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung* (M. le Grasse, Hrsg.; B. Krieger, Übers.; 1. Auflage). Hogrefe.
- Tseng, W. S.-W., Ma, Y.-C., Wong, W.-K., Yeh, Y.-T., Wang, W.-I., & Cheng, S.-H. (2020). An Indoor Gardening Planting Table Game Design to Improve the Cognitive Performance of the Elderly with Mild and Moderate Dementia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1483.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17051483>
- Vef-Georg, G. (2020). Pflanzengestützte Gesundheits- und Krankenpflege in der Langzeit- und Spitexpflege Betagter. In R. Schneiter-Ulmann, M. Föhn, & T. Beck (Hrsg.), *Lehrbuch Gartentherapie* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, S. 88–103). Hogrefe.
- Wilson, B. J. (2006). *Sensory Gardens for Children With Autism Spectrum Disorder*.  
<https://repository.arizona.edu/handle/10150/193299>

## Abbildungsverzeichnis

|   |    |
|---|----|
| Abbildung 1: Projektplan des Gartenateliers im Götschihof; entspricht nicht vollständig der endgültigen Umsetzung. Quelle: Annik Artho in Schlussbericht unveröffentlicht, Forschungsprojekt «Gartentherapie für Menschen mit cerebraler Behinderung», M. Föhn, ZHAW, 21.6.2021 .....                 | 14 |
| Abbildung 2: Ellen Wulfers am Spazieren mit einem Teilnehmer der Gartentherapie. Der Weg endet bei einer kleinen Sitzbank, die genutzt werden kann, um eine kurze Pause zu machen. Links neben dem Weg befindet sich der Bach, an dem verschiedene Blumen wachsen. (Quelle: A. Ackermans, 2022) ..... | 15 |
| Abbildung 3: Im Vordergrund befindet sich ein für Rollstühle unterfahrbares Hochbeet, das genutzt werden kann, um verschiedene Kräuter oder Gemüse einzupflanzen. Im Hintergrund befindet sich ein weiteres rollstuhlfreundliches Hochbeet. (Quelle: A. Ackermans, 2022) .....                        | 16 |
| Abbildung 4: Das 40 m <sup>2</sup> grosse Gewächshaus bietet Platz für einen Tisch mit vier Stühlen. Dieses wird benutzt, wenn es draussen regnet oder stürmt. (Quelle: A. Ackermans, 2022) .....   | 16 |
| Abbildung 6: Ellen Wulfers zeigt einem Bewohner die nächsten Arbeitsschritte, um den Topf mit Erde zu füllen. (Quelle: A. Ackermans, 2022) .....  | 17 |
| Abbildung 5: Es befinden sich zusätzlich noch zwei Sitzhochbeete auf dem Areal des Götschihofs, die für die Gartentherapie genutzt werden können. (Quelle: A. Ackermans, 2022) .....  | 17 |
| Abbildung 7: Kiste mit natürlichen und selbst gebastelten Rasseln für die Förderung der auditiven Wahrnehmung. (Quelle: A. Ackermans, 2022) .....   | 28 |

# Tabellenverzeichnis

|  |           |
|--|-----------|
| <i>Tabelle 1: Auflistung der Schlüsselwörter für die Literaturrecherche .....</i>  | <i>22</i> |
| <i>Tabelle 2: Es werden die Ergebnisse der einzelnen Schlüsselwörter auf den vier verschiedenen Plattformen aufgezeigt. Konnte durch ein Schlüsselwort kein Ergebnis gefunden werden, wurde das mit einem «-» gekennzeichnet. ....</i> | <i>26</i> |
| <i>Tabelle 3: Eine Übersicht der Programmpunkte sortiert nach den Jahreszeiten. Pro Jahreszeit sind es zehn Punkte. ....</i>   | <i>30</i> |

# Anhang

## Fragekatalog Ellen Wulfers

### Person:

- 1.a Was hast du für eine Grundausbildung gemacht?
- 1.b Allgemeine Weiterbildungen?
- 1.c Weiterbildung in Richtung Gartenatelier?

### Gartenatelier:

- 2.a Wie melden sich die Teilnehmenden an?
- 2.b Wie bereitest du dich auf das Gartenatelier vor?
- 2.c Hast du einen Backupplan, wenn etwas nicht funktionieren sollte?
- 2.d Was hast du mit M. schon im GA gemacht?
- 2.e Hat M. gewisse Vorlieben?
- 2.f Was hast du mit C. schon im GA gemacht?
- 2.g Hat C. gewisse Vorlieben?
- 2.h Ideen für den Winter? (Gartenatelier eingeschränkt)
- 2.i Wie ergab es sich, dass es ein GA wird und keine GT?

### Teilnehmende M. und C.

- 3.a Wie lange ist M. schon im Götschihof?
- 3.b Wie lange ist C. schon im Götschihof?
- 3.c Warum wurden die beiden für das Konzept auserwählt?
- 3.d Gehen beide regelmässig ins Gartenatelier?
- 3.e Gibt es «Zielsetzungen» für M. und C. im GA?

## Protokoll Interview

### Person:

1.a Was hast du für eine Grundausbildung gemacht?

Meine Grundausbildung habe ich in der Physiotherapie und Kinderphysiotherapie gemacht.

1.b Allgemeine Weiterbildungen?

Ich habe viele Weiterbildungen gemacht, aber welche interessant sind für die Arbeit im Gartenatelier, sind die längere Ausbildung in der Sensorische Integration nach JEAN AYRES und noch eine Kurzausbildungen in der Richtung ASS.

1.c Weiterbildung in Richtung Gartenatelier?

Ich habe die gartentherapeutische Ausbildung an der ZHAW absolviert. Ausserdem habe ich eine Weiterbildung im Bereich der Heilpflanzen und Phytotherapie in Freiburg und das CAS in Ethnobotanik und Ethnomedizin an der Universität Zürich gemacht.

### **Gartenatelier:**

#### 2.a Wie melden sich die Teilnehmenden an?

Das weiss ich nicht ganz genau, da dies mit Willi Schneebeli ins Leben gerufen wurde. Es war aber eine Zusammenarbeit zwischen den Wohngruppen und dem Gartenatelier. Sie haben mit den BewohnerInnen geschaut, ob diese selbst ein Interesse zeigen oder die Wohngruppe hat entschieden, für welche Personen dieses Angebot Sinn macht. Ausserdem kann es der Entlastung der Wohngruppe dienen. Dabei ist es nicht auf ein Jahr begrenzt, sondern sie können ins Gartenatelier kommen, bis es nicht mehr geht. Sei es aus physischen Gründen oder wenn sie nicht mehr dabei sein wollen. Deshalb sind meist die gleichen Personen im Gartenatelier.

#### 2.b Wie bereitest du dich auf das Gartenatelier vor?

Zuerst schaue ich das Wetter an, da bei schlechtem Wetter im Treibhaus gearbeitet werden muss und es deshalb ein anderes Programm braucht. Danach mache ich mir je Bewohnerin und Bewohner Gedanken, was motorisch möglich ist. Das heisst, sitzen sie im Rollstuhl oder sind sie Fussgänger. Wenn sie im Rollstuhl sitzen, können sie nur an gewissen Hochbeeten arbeiten. Dann schaue ich, welche saisongerechte Arbeit getan werden kann. Im Hintergedanken habe ich natürlich immer auch, was der Garten wirklich braucht. Primär muss ich nichts produzieren, keine Tomaten oder Gurken, sondern der Garten dient als Medium. Allerdings sollte der Garten auch schön aussehen. Die Materialien, die für das Gartenatelier gebraucht werden, werden zwar bereitgestellt, aber nicht unbeaufsichtigt herumliegen gelassen, da dies gefährlich sein kann. Dies gilt vor allem für das Gartenwerkzeug, zum Beispiel die Gartenschere oder die Säge. Ich muss die Gefahr einschätzen: Wie ist die Handhabung des Gartenwerkzeugs von gewissen Teilnehmern oder TeilnehmerInnen. Können Sie Pflanzenmaterial verschlucken oder nehmen sie Gartenwerkzeuge in den Mund? Neigen sie zu Selbstverletzung oder auch gegenüber anderen Teilnehmenden? Müssen sie am Tisch auseinandergesetzt werden oder nicht? Wenn ich die Personen noch nicht so gut kenne, so wie bei M. und C., setze ich sie diagonal gegenübereinander und nicht nebeneinander. Ich verwende keine giftigen Pflanzen oder Materialien. Was sie in die Hände bekommen, ist von mir ausgewählt. Zum Beispiel achte ich bei Personen mit ASS bei der Arbeit mit der Pfefferminze darauf, dass ich eine Pflanze habe mit weniger Menthol, da diese nicht so streng im Geruch ist. Sonst könnte es zu einer Reizüberflutung kommen.

#### 2.c Hast du einen Backupplan, wenn etwas nicht klappen sollte?

Ja das habe ich. Zum Beispiel den Pflanzen mit der Giesskanne Wasser geben oder für das Bienenhotel Äste zuschneiden. Dies ist eine gute Aufgabe, da das Holz vom Material her eher neutral ist. Diese Ideen sind vor allem für Bewohner mit ASS, da ich mir die Frage stelle, wie viel Reiz mögen sie noch aufnehmen.

#### 2.d Was hast du mit M. schon im GA gemacht?

Bis jetzt war er erst etwa sechs Mal bei mir im Gartenatelier. Dabei haben wir etwas angesät, was du miterlebt hast. Bewegung ist für ihn immer ein Thema. Darum laufen wir zuerst immer eine Strecke. Ausserdem haben wir Äste fürs Bienenhotel selektiert. Wir haben aufgestängelten Nüsslisalat aus dem Hochbeet gerissen und in einem Kübel entsorgt. Das ist eine grobmotorische Handlung, die in sich abgeschlossen ist.

#### 2.e Hat M. gewisse Vorlieben?

Am liebsten geht er laufen. Im Rahmen von «Green Care» ist das auch sinnvoll. es werden viele Sinne angeregt. Gleichzeitig ist es wichtig, das Herz-Kreislaufsystem zu stimulieren im Sinn eines Ausdauertrainings. So wie heute, als er ins Schwitzen gekommen ist, als er den Weg hochgelaufen ist. Die Kondition und Ausdauer zu stimulieren kann eine Zielsetzung sein. Es wird schwierig, mit ihm eine Stunde am Tisch zu sitzen.

#### 2.f Was hast du mit C. schon im GA gemacht?

Auch ihn habe ich noch nicht so viel gesehen, da ich noch nicht so lange hier arbeite und mit der Corona-Situation gab es viele Ausfälle. Aber am Anfang gehe ich auch mit ihm eine Sequenz laufen. Sonst habe ich mit ihm auch etwas gesät und eingetopft; ebenfalls den aufgestängelten Nüsslisalat aus dem Hochbeet gerissen und entsorgt.

Wir haben auch Nüsslisalat geerntet und mit der Gartenschere die Wurzeln abgeschnitten. Das ist eine bimanuelle Handlung, die unterschiedlichen Druck und Bewegungen in den Händen abverlangt: in diesem Fall den Nüsslisalat in der einen Hand halten und in der anderen Hand mit der Gartenschere die Wurzeln schneiden.

### 2.g Hat C. gewisse Vorlieben?

Ich glaube, dass er gerne am Tisch mit anderen Leuten arbeitet und dabei auch abschaut, was sie machen. Dabei sein ist ihm wichtig, das heisst, das Soziale ist ihm fast wichtiger als die Arbeit selbst. Aber auch bei C. ist die Aufmerksamkeitsspanne eher kurz. Deshalb finde ich, dass er nach einer kurzen Sequenz Arbeit auch dabei sein und zuschauen darf.

### 2.h Ideen für den Winter? (Gartenatelier eingeschränkt)

Ja, ich habe ein Paar Ideen, wie zum Beispiel Vogelfutter mit flüssigem Kokosfett und Vogelfuttersaat herzustellen. Das Vogelfutter kann von Hand in einen Trichter, der auf eine PET-Flasche gesteckt ist, eingefüllt werden. Anschliessend kann das Vogelfutter aus der PET-Flasche ins flüssige Kokosfett gestreut werden. Wenn möglich, kann der Bewohner das Vogelfutter auch direkt ins Kokosfett streuen, abhängig ob er das Vogelfutter mit der Handfläche berühren will. Eine weitere Idee wäre laufen zu gehen, dort bei den Vogelhäuschen und das Vogelfutter mitnehmen. Das Vogelfutter kann auf die Hand geleert und auf den Vogelplätzen verteilt werden. Was ich noch gerne machen würde, ist mit Tannzapfen eine Dekoration machen. Oder Blätter sammeln und diese mit einem Draht auffädeln, obwohl das Auffädeln dann noch schwierig sein könnte, was die Feinmotorik betrifft. Aber es können auch nur Teilschritte gemacht werden. Dann natürlich verschiedene Äste schneiden. Auch nachdem die Weiden geschnitten worden sind, können wir die Überreste wieder klein schneiden. Was ich gerne machen möchte, ist das Flechten mit Weidenästen – entweder zu einem Korb oder zu einer kleinen Wand. Wenn Pfosten in den Boden geschlagen werden, können wir die Weidenäste zwischendurch flechten. Ich denke mir aber auch immer, wenn das Endziel zu weit entfernt ist, kann die Aufgabe in Teilschritte unterteilt werden. Auch könnte ich mir vorstellen, Buchecker mit wenig Schafwolle zu füllen und auf einen Draht zu fädeln.

### 2.i Wie ergab es sich, dass es ein GA wird und keine GT?

Dies hat mit dem Hintergrund von Willi zu tun. Er war Leiter der Kundengärtnerei und hat eine Ausbildung als Sozialpädagoge. Es war dazumal auch nicht als therapeutische Beschäftigung gedacht, sondern die Freude am miteinander Gärtnern stand im Vordergrund.

## **Teilnehmende M. und C.**

### 3.a Wie lange ist M. schon im Götschihof?

Seit Oktober 2001

### 3.b Wie lange ist C. schon im Götschihof?

Seit August 2020

### 3.c Warum wurde sie für das Konzept auserwählt?

Das habe ich bestimmt, weil beide eine ganz klare Diagnose zu ASS haben. Es gab noch weitere Personen, die in Frage gekommen sind, aber diese haben ASS als Nebendiagnose. Auch Personen mit Trisomie 21 können als Nebendiagnose ASS haben. Aber je weniger Nebendiagnosen es gibt, desto klarer ist auch die Zielgruppe. Auch sind beide physisch im Stande, gewisse Arbeiten zu erledigen. Volker Kessler, der Leiter vom Götschihof, hat mich darauf aufmerksam gemacht, dass C. ein Kandidat für deine Bachelorarbeit sein könnte.

### 3.d Gehen sie regelmässig ins Gartenatelier?

Ja, sie sind wöchentlich eingeplant, aber externe Faktoren wie Lager oder Ferien können dazu führen, dass man nicht dabei sein kann.

### 3.e Gibt es «Zielsetzungen» für M. und C. im GA?

Da es keine Gartentherapie ist, muss ich eigentlich keine therapeutischen Ziele festlegen. Allerdings formuliere ich Ziele für mich wie zum Beispiel, dass sie länger an einer Handlung, innerhalb einer Gartensession, teilnehmen können. Das wäre mein Hauptziel. Gerne möchte ich ihnen nach einer gewissen Zeit die Pflanze zeigen, die es aus dem Saatgut gegeben hat. Ich weiss jedoch nicht, ob sie den Zusammenhang realisieren. Auch ich fände es

schön, wenn sie erleben könnten, dass es im Garten die verschiedenen Jahreszeiten gibt. Im Frühling werden andere Sachen gemacht als im Herbst. Es wäre schön, wenn sie die taktile Abwehr abbauen könnten. Das ist aber wahrscheinlich ein zu hoch gestecktes Ziel. Grundsätzlich sollten die Konzentration und die Aufmerksamkeit für eine Aufgabe verlängert werden. Und die Arbeit im Gartenatelier soll auch noch Spass machen. Es ist mir wichtig, dass M. und C. gerne ins Gartenatelier kommen und Freude an den Tätigkeiten und am Draussensein haben.



## Einverständniserklärung Ellen Wulfers

Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften



Life Sciences und  
Facility Management

IUNR Institut für Umwelt und  
Natürliche Ressourcen

### Einverständniserklärung zum Interview

Bachelorarbeit: Gartentherapie für Menschen mit Autismus  
Durchführende Institution: ZHAW Wädenswil  
Interviewerin: Ellen Wulfers  
Interviewdatum: 03.06.2022  
Interviewer: Aaron Ackermans

Ich erkläre mich dazu bereit, im Rahmen der genannten Bachelorarbeit an einem Interview teilzunehmen. Ich wurde über das Ziel und den Verlauf des Interviews informiert.

Ich bin damit einverstanden, dass das Interview schriftlich protokolliert wird. Personen, die am Gartenatelier teilnehmen, werden anonymisiert. Ich darf namentlich genannt werden und Informationen zu meiner Person dürfen nicht anonymisiert im Forschungsprojekt wiedergegeben werden.

Daten zum Interview werden nach der Protokollierung anonymisiert.

Meine Teilnahme an der Erhebung und meine Zustimmung zur Verwendung der Daten, wie oben beschrieben, sind freiwillig. Ich habe jederzeit die Möglichkeit meine Zustimmung zu widerrufen. Durch die Verweigerung oder Widerruf entstehen mir keine Nachteile. Ich habe das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Sperrung und Löschung, Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die weitere Verarbeitung sowie auf Datenübertragbarkeit meiner personenbezogenen Daten.

Unter diesen Bedingungen erkläre ich mich bereit, das Interview zu geben, und bin damit einverstanden, dass es verschriftlicht, anonymisiert und ausgewertet wird.

[Redacted Signature Area]  
Ort, Datum, Unterschrift Interviewte

# Selbstständigkeitserklärung

Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften



**Life Sciences und  
Facility Management**

## **Erklärung betreffend das selbstständige Verfassen einer Bachelorarbeit im Departement Life Sciences und Facility Management**

Mit der Abgabe dieser Bachelorarbeit versichert der/die Studierende, dass er/sie die Arbeit selbständig und ohne fremde Hilfe verfasst hat.

Der/die unterzeichnende Studierende erklärt, dass alle verwendeten Quellen (auch Internetseiten) im Text oder Anhang korrekt ausgewiesen sind, d.h. dass die Bachelorarbeit keine Plagiate enthält, also keine Teile, die teilweise oder vollständig aus einem fremden Text oder einer fremden Arbeit unter Vorgabe der eigenen Urheberschaft bzw. ohne Quellenangabe übernommen worden sind.

Bei Verfehlungen aller Art treten Paragraph 39 und Paragraph 40 der Rahmenprüfungsordnung für die Bachelor- und Masterstudiengänge an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften vom 29. Januar 2008 sowie die Bestimmungen der Disziplinarmaßnahmen der Hochschulordnung in Kraft.

Ort, Datum:

Unterschrift:

[Redacted signature area]

Poster

Bachelorarbeit, FS 22
von Aaron Ackermans

Gartentherapie für Menschen mit Autismus

Gartentherapeutisches Programm für zwei erwachsene Bewohner des Götschihofs der Stiftung Solvita

Einleitung

In den letzten Jahrzehnten hat die Prävalenz zur Autismus-Spektrum-Störung (ASS) stark zugenommen [1]. Jedoch behalten nicht alle Personen, die mit ASS diagnostiziert wurden, diese Diagnose das Leben lang [2].

Methodik

Mit Hilfe einer spezifischen Literaturrecherche sollten bestehende gartentherapeutische Programme gefunden werden. Durch das Definieren von elf Schlüsselwörtern, vier auf Deutsch und sieben auf Englisch, wurde die Literaturrecherche eingegrenzt.

Ergebnisse

Die Literaturrecherche ergab, dass keine gartentherapeutischen Programme für Menschen mit der ASS gefunden wurden. Es gibt jedoch Programme, die als standardisierte Planungsgrundlagen dienen können.

Programmübersicht

Unterteilt in die vier Jahreszeiten

Frühling

- Pflanzenaussaat (Anzuchtschale)
• Pikieren der Keimlinge
• Kompost herstellen
• Setzlinge in die Erde pflanzen
• Blumenwiese ansäen
• Windrad basteln
• Pflanzen gässen
• Zimmerpflanzen vermehren
• Nisthilfe für Wildbienen bauen
• Osternest herstellen

Sommer

- Hängematte / Hängesitz schaukeln
• Erlebnis rund um den Teich
• Kräuter / Früchte ernten
• Kräuter trocknen
• Teemischung herstellen
• Gewürzmischung herstellen
• Früchte erleben
• Blumenstraus erstellen
• Malen mit Pflanzenfarbe
• Wasser erleben

Herbst

- Laubhaufen erstellen
• Steinhaufen / Asthaufen
• Feuer machen
• Windspiel basteln
• Kürbis aushöhlen
• Äste zerschneiden
• Blumenzwiebeln pflanzen
• Vogelfutter herstellen
• Saatgut aufbereiten
• Früchte trocknen

Winter

- Schnee erleben
• Winterspaziergang
• Möhren ansäen
• Adventskranz
• Weihnachtskugel dekorieren
• Weihnachtsbaum schmücken
• Weihnachtsbaum abmontieren
• Flechten
• Rassel mit Naturmaterialien basteln
• Punsch trinken

Detailbeschreibung

Windrad basteln

Zielsetzung

Dinge, die sich drehen, bewegen oder glitzern, stimulieren die visuelle Wahrnehmung und können dazu führen, dass Menschen mit ASS die Aufmerksamkeit länger auf einen Gegenstand halten können [7].

Zielperson

Beim Basteln sind feinmotorische Fähigkeiten gefragt. Ebenfalls sollten die Personen mit einer Schere umgehen können. Allenfalls kann dieser Schritt von der Betreuungsperson übernommen werden.

Material

- Schere (Therapieschere)
• Locher
• Quadratisches Papier (Verschiedene Farben)
• Holzstab
• Pins zum Befestigen (Reisszwecke)
• Bleistift und Lineal
• (Perlen, Strasssteine, Knöpfe)
• (Farbstifte)

Durchführung

Zu Beginn kann das quadratische Papier mit Filzstiften angemalt werden. Als Alternative kann farbiges Papier oder Papier mit Mustern verwendet werden. Danach werden von jeder Ecke diagonale Schnitte bis etwa zwei Zentimeter vom Mittelpunkt gemacht.

Mögliche Wirkung

- Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch das Drehen des Windrades
• Stimulation der visuellen Wahrnehmung durch die glänzende Dekoration
• Förderung der Feinmotorik durch das Basteln des Windrades
• Förderung des Durchhaltevermögens durch das konzentrierte Arbeiten am Windrad

Diskussion

Das Konzept wurde speziell für zwei Personen vom Götschihof erstellt. Sie sind sich in der Diagnose ähnlich, ihr Alter liegt aber 20 Jahre auseinander. Wenn Menschen älter werden, können sich ihre körperliche Gesundheit als auch ihre kognitiven Fähigkeiten verschlechtern.

Fazit

Die Literaturrecherche hat gezeigt, dass keine konkreten gartentherapeutischen Programme für Menschen mit ASS gefunden wurden. Grund für die Lücken in der Literatur kann die fehlende Evidenzen gegenüber der Wirkung sein.

Literaturverzeichnis

[1] Iakoven, J., Dieth, T. H., Schjellberg, S., & Skjeldal, O. H. (2013). Autism Spectrum Disorders – Are they really epidemic? European Journal of Paediatric Neurology, 17(4), 327–333
[2] Herberg, M. R., Russo, J. P., Tang, S., Rashji, J., Basili, M., Kahler, S. G., Creney, L., & Hatchwell, E. (2006). Autism and environmental genomics. Neuro-Toxicology, 27(5), 671–684
[3] Corsello, C. M. (2005). Early Intervention in Autism. Infants & Young Children, 18(2), 74–85
[4] Barakat, H. A.-E.-R., Bakr, A., & El-Sayad, Z. (2019). Nature as a healer for autistic children. Alexandria Engineering Journal, 58(1), 353–366
[5] Sempik, J., Aldridge, J., & Becker, S. (2003). Social and therapeutic horticulture: Evidence and messages from research (1. publ.). Loughborough University (in association with Thrive)
[6] Niepel, A., & Neubauer, F. (2016). Die Rolle der Gartentherapie. In C. Bering-Nawke, Gartentherapie (3., ergänzte Auflage, S. 31–37). Schöbner-Verlag
[7] Häußler, A. (2016). Der TEACCH® Ansatz zur Förderung von Menschen mit Autismus: Einführung in Theorie und Praxis (5., verbesserte und erweiterte Aufl.). Modernes lernen Verlag