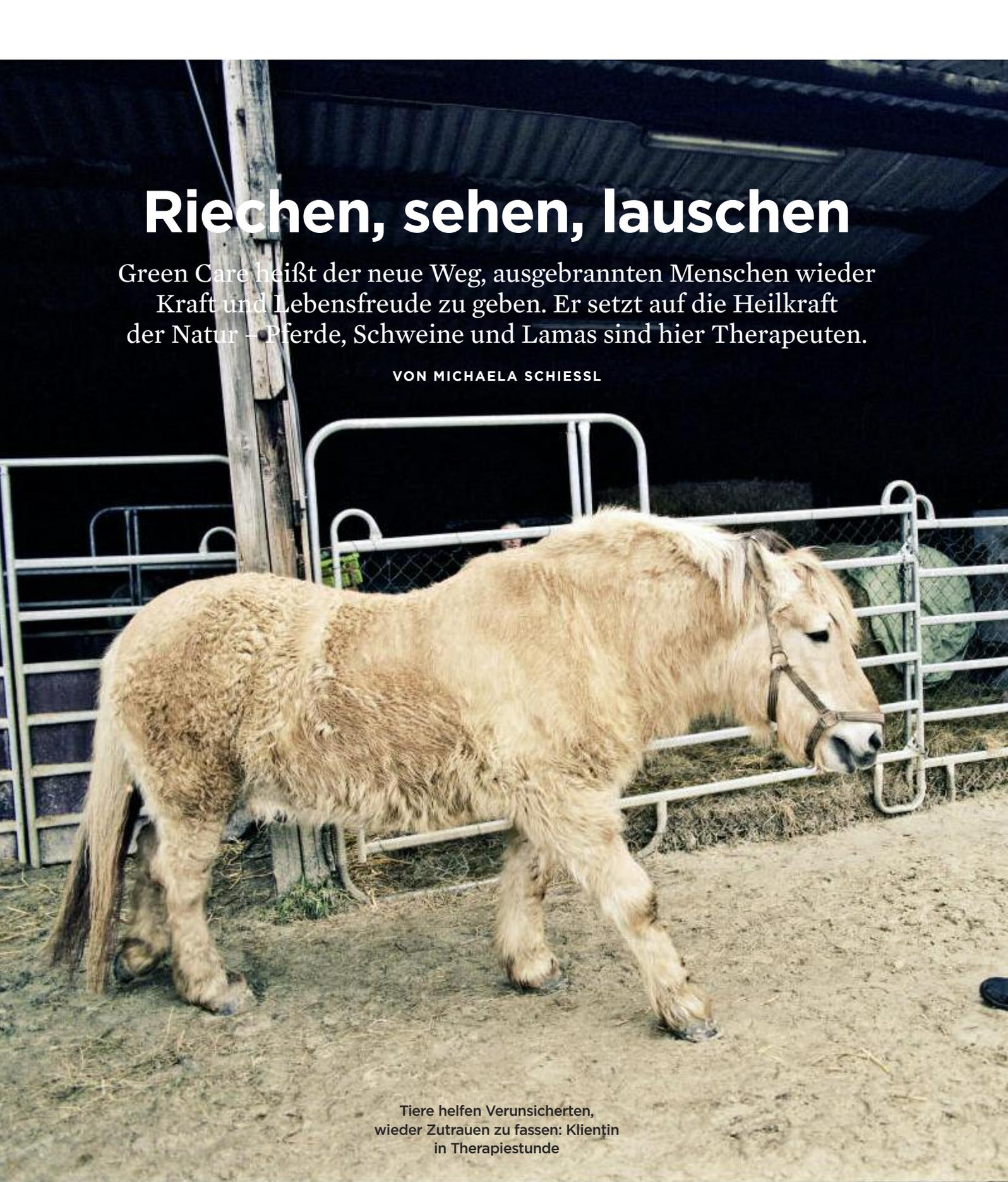


Riechen, sehen, lauschen

Green Care heißt der neue Weg, ausgebrannten Menschen wieder Kraft und Lebensfreude zu geben. Er setzt auf die Heilkraft der Natur – Pferde, Schweine und Lamas sind hier Therapeuten.

VON MICHAELA SCHIESSL

A light brown alpaca with a thick, shaggy coat is standing in a metal-fenced enclosure. The alpaca is facing right and appears to be looking at something off-camera. The enclosure is made of silver metal bars and is situated on a dirt ground. In the background, there are wooden posts and a dark, possibly corrugated metal roof structure.

Tiere helfen Verunsicherten,
wieder Zutrauen zu fassen: Klientin
in Therapiestunde





SAMMY HART / SPIEGEL WISSEN

Vorsichtig lenkt der Chauffeur die schwarze Luxuslimousine vorbei am Bauernhof, umkurvt die Schlaglochpfützen und hält direkt neben dem Misthaufen. Der hintere Verschlag öffnet sich. Ein handgenähter Herrenschuh erscheint. Einen Moment lang verharrt er in der Luft, man hört einen Fluch, dann schmatzt das italienische Leder in den Matsch.

Der Besitzer hebt die Hosenbeine seines Nadelstreifenanzugs ein wenig an und watet durch den Schlamm. Gackernd flüchtet ein Huhn. 30 Meter sind es bis zum Bauwagen. Als der sportliche Mann dort ankommt, weiß er, was zu tun ist: „Katrin, lass uns hier eine Drainage legen und ein bisschen pflastern, dann wird das alles schön glatt und sauber und trocken.“

Katrin Clemen lacht. Ihre Jeans stecken in Gummistiefeln, der Kragen der groben Strickjacke ist mit Felchen besetzt. „Jedes Mal hat er eine Verbesserungsidee“, sagt sie. Und nie darf er ran. Denn erstens ist der Matsch Teil des Programms, und zweitens soll der Manager lernen, nicht dauernd zu managen, sondern einfach mal da zu sein: ein Mensch im Dreck.

Seit dreieinhalb Jahren betreibt die ehemalige Sozialarbeiterin am Baldeneysee in Essen ihre „Präsenz-Schule“, was ein bisschen in die Irre führt, denn mit einer Schule hat ihr Projekt so gar nichts gemein. Der Arbeitsraum ist eine offene Scheune, es gibt keine Lehrer, neben Clemen bloß die tierischen Co-Trainer, der Shaga-Araber Shatavi und das Fjordpferd Fridjof. Die Nähe zu Tier und Natur soll die Menschen wieder zum Ursprung zurückführen.

Leistungsdruck ist hier verboten, und Bewertungen finden nicht statt. Nur das Ziel ist klar: lernen, wieder man selbst zu sein. Und vor allem, sich zu mögen.

Schwer genug. Wer hierher kommt, ist meist überkritisch mit sich selbst. „Viele empfinden ihr Leben trotz Erfolg und hohem Status als völlig misslungen“, sagt Clemen. Sie sind gestresst, vereinsamt, seelisch ausgebrannt. Sie halten sich für depressiv – haben sie nicht allen Grund, traurig zu sein?

Clemen empfindet krankhafte Stress- oder Angstzustände fast immer als gesunde Abwehrreaktion des Körpers. „Wir brauchten Millionen von Burnout-Fällen, damit wir uns endlich einmal kri-

tisch mit der Leistungsideologie auseinandersetzen“, findet sie.

Das Symbol dieses Denkens hat sie täglich vor Augen: Gegenüber auf der anderen Seite des Sees liegt hochherrschaftlich die Villa Hügel, das Schloss des Großindustriellen Alfred Krupp. Beim Bau 1873 ließ der Stahl-Tycoon für die Parkanlage ausgewachsene Bäume herankarren, weil er nicht warten wollte, bis sie wachsen.

In Blickweite der Akkord-Philosophie hat Katrin Clemen ihre Gegenwart erschaffen. Statt sich die Natur untertan zu machen, will sie deren Artenvielfalt, Urgewalt und Langsamkeit nutzen, um die Opfer der Leistungsgesellschaft wieder auf den Boden zu holen, zurück zur Scholle. Der Weg: Reduzierung.

Die erfahrene Sozialarbeiterin, die schon mit Drogensüchtigen, Obdachlosen und gewalttätigen Jugendlichen gearbeitet hat, will ihrer Kundschaft auf der Präsenzfarm nicht von oben herab begegnen, sondern als Partner, Begleiter. Sie berät, tröstet, nimmt in den Arm. „Wir sind keine Hippie-Kommune“, betont sie sicherheitshalber bei der Besichtigung.

Tatsächlich könnte man auf den Gedanken kommen: Das Schild, das den Weg zur Präsenz-Schule weist, ist auf ein ausgedientes, himmelblau gestrichenes Oma-Fahrrad geschraubt, das an einem Pfosten lehnt. In der halboffenen Scheune mit Stallungen ist Stroh aufgestapelt, auf den angrenzenden Paddocks dösen fünf Pferde.

Ausgediente Traktorenreifen stehen an der Wand, in einem rostigen Container rotet Altmetall vor sich hin. Ein Bobbycar liegt achtlos auf der Seite, gleich neben dem gelben Bauwagen mit den roten Fensterläden, dessen Dach mit einer Plastikplane abgedichtet worden ist.

Jedes Gespräch, jede Therapiestunde und jedes Training findet draußen statt, bei jeder Witterung. Viele ihrer Kunden haben verlernt, sich zu spüren. Hier können sie es wieder entdecken: Sonnenstrahlen auf der Haut, Eiseskälte, die durch die Kleidung zieht, der Geruch eines Sommergewitters.

Kunden wie der rastlose Geht-nicht-gibt's-nicht-Manager müssen lernen, dass sie sich nicht über die Natur erheben können. Ein Regenschauer dauert so lange, wie er eben dauert. Und so lange hockt man eben in der Scheune fest, ohne Ladegerät für den BlackBerry.

In der Präsenz-Schule herrscht die Einfachheit. Hier muss sich die reizüberflutete Kundschaft nicht mit etlichen Möglichkeiten auseinandersetzen. Hier gibt es immer nur eine Wahl: Sitzen? Strohhallen. Regen? Unters Dach. Fühlen? Pferd streicheln. Reden? Katrin.

Als Kristin* das erste Mal hierher kam, musste sie die 30 Meter zur Scheune geführt werden. Die 28-jährige Juristin litt unter psychisch bedingtem Schwindel, der sich in einer starken Gehunsicherheit und Fallneigung äußert. Katrin Clemen sah sie an und sagte: „Das ist schlimm. Ich bleib bei dir, so lange, bist du stehst.“ Das war vor über einem Jahr.

„Für mich war dieses Versprechen wie eine Erlösung“, sagt Kristin. Etliche Ärzte hatten sie zuvor durch Röhren geschoben, an Messgeräte angeschlossen – und wieder weggeschickt, als die Maschinen kein Ergebnis lieferten.

Tatsächlich, so lautet mittlerweile die Diagnose, litt die junge Frau an einem massiven Burnout. Erst hatte sie sich durch ein freudloses Studium gebüffelt und dann sofort in einer Kanzei angefangen. Sie zog es durch, weil sie immer alles durchzog. Bis sie es auf einen Schlag nicht mehr konnte.

„Ich hab erst gemerkt, was mir fehlte, als ich bei Katrin und den Tieren saß, statt begraben unter Fachbüchern in der sterilen Juristenwelt.“ Sie hockte auf einem Heuballen, schaute auf die Pferde, und konnte plötzlich wieder frei atmen.

Dann hat es angefangen zu schneien. „Es war wunderbar. Es heult sich gut, wenn man draußen ist. Irgendwie kann da das Feuchte schneller weg.“

Dann war da diese Stute, ein nervöses Tier mit fahrigem Bewegungen. Zunächst hatte Kristin Angst vor ihr, doch als sie sich irgendwann zurücklehnte, entspannte sich mit einem Mal auch das Pferd und kaute zufrieden.

Als Fluchttiere sind Pferde immer gegenwärtig, reagieren sofort auf ihre Umwelt. Genau das macht sie so wertvoll als Therapeuten: Sie spiegeln völlig wertfrei ihr Gegenüber wider.

Kristin war nie eines dieser enthusiastischen Pferdemädchen, sie saß vor der Therapie noch nie auf einem Pferderücken. Doch die Arbeit mit dem Araberschimmel Shatavi wurde für sie zur Offenbarung. „Als ich ihn zum ersten Mal berührte, war es wie nach Hause kom-

* Name von der Redaktion geändert.



Trainerin Clemen (o.) nimmt ihre Klienten auch in den Arm.

men. Tagelang haftete das Gefühl des Fells an meinen Fingerspitzen.“

Später dann lernte sie, ihn zu führen, ihn folgen zu lassen, ihn ohne Strick zu lenken. „Ein Pferd ist eine Urgewalt. Wenn man nicht vollkommen präsent ist, reagiert es nicht.“ Und so lernte sie, ganz da zu sein, sie selbst zu sein, sich wieder zu spüren. „Dann kommt auch der Schwindel nicht“, sagt sie.

Seit einem Jahr ist Kristin schon krankgeschrieben, doch sie ist dankbar für die Krise. „Mein Gleichgewicht war gestört. Hier, in den Gesprächen mit Katrin, in der Natur und durch die Arbeit mit den Tieren hab ich mein Leben wiederbekommen.“

Auch für die 27-jährige Hjördis* war die Arbeit mit den speziell ausgebildeten Pferden ein Teil ihrer Rettung. Seit ihrer Schulzeit erlebte sie sich als Mobbingopfer. Sie durchlitt Essstörungen, wochenlange Klinikaufenthalte, traute sich zuletzt, von Panikattacken gepeinigt, nicht in die Vorlesungen ihres Studiums.

Als die Ärzte nicht weiterkamen, bekam sie den Stempel „Borderline“, eine schwer zu behandelnde Persönlichkeitsstörung.

„Ich fühlte mich immer wie ein Falschfahrer“, sagt sie. Daraus entwickelte sie die Strategie, möglichst unsichtbar zu bleiben. Bis sie zu Katrin Clemen kam. Eine intensive Therapie begann, auch mit den Pferden. „Ich hatte überhaupt kein Selbstwertgefühl. Doch das Führtraining mit den Pferden gab mir Selbstvertrauen.“

Ihr Liebling wurde ausgerechnet das gewaltige Fjordpferd Fridjof. Ganz einfach hätte er sie rempeln oder umlaufen können, doch er blieb vor ihr stehen. „Als er mich ansah, merkte ich: Ich bin da. Es gibt mich. Ich werde gesehen.“

Katrin Clemens Konzept einer ganzheitlichen Lebenshilfe mit Hilfe von Mensch, Tier und Natur ist in Deutschland noch ziemlich neu. Was es bislang gab, ist Bauernhofpädagogik für Behinderte, schwer erziehbare Kinder und Jugendliche. Mittlerweile ist die Heilkraft



Hier lernen Manager, einen Regensturm einfach hinzunehmen.

der Natur in vielen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Schon das Riechen, Sehen, Lauschen auf dem Land hat einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden. In Japan etwa hat man den regelmäßigen Waldspaziergang als Psychohygiene entdeckt, und auch in jeder Gartenarbeit liegt eine Portion Zen.

Die Landlust als Gesundbrunnen für Körper und Geist ist in Holland schon lange populär. Hunderte von Bauernhöfen dienen als „Care-Farmen“ vor allem für Alte und Behinderte. Meist gibt es Spezialprogramme für die jeweilige Klientel, manchmal arbeiten sie auch einfach nur auf dem Hof mit. Auch in England beschäftigt man sich mit den wohltuenden Effekten, die Landleben und Gartenarbeit auf die körperliche und psychische Gesundheit haben können.

Doch nirgendwo ist bislang ein so geschlossenes Programm entstanden wie in Österreich. Dort hat eine gebürtige Holländerin alles, was in der Gesundheitsförderung in Verbindung mit Na-

turelementen steht, in einem Gesamtkonzept gebündelt. Sie heißt Nicole Prop und arbeitet für die Landwirtschaftskammer Wien. Und weil die ehemalige Telekommunikationsmanagerin weiß, wie wichtig Marketing ist, hat sie der Sache ein eingängiges Logo verpasst: „Green Care – wo Stadtmenschen aufblühen“.

Vor allem aber gelang es ihr, Landwirte und Kliniken, Politiker und Krankenkassen, soziale Einrichtungen und Hochschulen an einen Tisch zu bringen und sie alle von ihrer Idee zu überzeugen: Nutzt die Natur, um das soziale, körperliche und geistige Wohlergehen der Bürger zu verbessern.

Denn sonst, so rechnete sie vor, werde es Österreich teuer zu stehen kommen. Die Zahl der psychischen Erkrankungen steige kontinuierlich an, schon jetzt liegen die Gesundheitsausgaben der Alpenrepublik über dem EU-Durchschnitt, über zehn Prozent des Bruttoinlandprodukts werden dafür aufgewandt.

Gleichzeitig könnten immer weniger Landwirte von ihren Einnahmen leben, eine Situation, die sich mit dem geforderten kontinuierlichen Abbau der EU-Subventionen noch verschlimmern wird.

Den Landwirten ein Zusatzeinkommen zu verschaffen, während man gleichzeitig die Krankenkassen entlastet, das stieß auf Interesse. Für das Projekt „Ökosoziale Green-Care-Zentren in Österreich“ erhielt Nicole Prop 2010 den Preis für soziale Geschäftsideen der Erste Bank Stiftung, überreicht vom Friedensnobelpreisträger Muhammad Yunus.

Zu diesem Zeitpunkt war das Konzept längst angelaufen, und allen Beteiligten war klar: Psychosoziale Arbeit auf dem Bauernhof geht nur mit ausgebildetem Fachpersonal und kompetenter Begleitung – ganz besonders, wenn Tiere mit im Spiel sind. Ein Kaninchen, das versehentlich totgestreichelt würde, oder ein übermotivierter Ziegenbock, der einen Patienten auf die Hörner näh-

me, und schon wäre die gesamte Idee gestorben.

Aus diesem Bedarf nach geschultem Personal soll künftig das neue „Berufsbild Green Care“ entstehen. Einen ersten Schritt setzte das Österreichische Kuratorium für Landtechnik und Landentwicklung (ÖKL) und entwickelte einen Qualifizierungslehrgang für „Tiergestützte Pädagogik/Therapie/soziale Arbeit am Bauernhof“. Nur vom ÖKL zertifizierte Höfe werden in das EU-Förderprogramm aufgenommen. Eineinhalb Jahre dauert die berufsbegleitende Ausbildung, für die nur angemeldete Landwirte zugelassen werden. Wer den Kurs erfolgreich absolviert, kann fortan seine Nutztiere für pädagogische, therapeutische oder soziale Zwecke einsetzen.

Vorausgesetzt, sie sind trainiert. Denn auch die Tiere müssen sich für den neuen Job fit machen, sagt die ÖKL-Ausbilderin und Projektleiterin Silke Scholl.

Die eher scheuen Schafe etwa lernen, sich die Wolle knuddeln zu lassen, die Hasen dürfen nicht rumstrampeln, das Huhn wird daran gewöhnt, Körner sanft aus der Hand zu picken. Ziegen sind wegen ihres Ungestüms nur für Fortgeschrittene geeignet. Pferde und Rinder erhalten ein spezielles Gelassenheitstraining, damit sie ihre 500 Kilo Lebendgewicht ruhig halten, selbst wenn neben ihnen ein Rollator umstürzt oder ein Kunde ausfliept. So kann die Kuh bequem zweitverwertet werden: Morgens gibt sie Milch und mittags Lebenshilfe.

Etwa 250 Unterrichtsstunden muss Oskar, das Minischwein absolvieren, bevor es auf Patienten losgelassen wird. Von Geburt an wurde der grauborstige Kerl an Menschen gewöhnt. Wenn er seine Prüfung macht, wird er auf Befehl durch Tonnen laufen und zusammen mit Menschen Teppiche aufrollen können.

Wie sich ein vorbildliches Therapie-schwein benimmt, schaut er von seiner Mutter ab. Beauty ist die erste Schulungssau auf dem Hof von Doris Gilli in Sitzendorf vor den Toren Wiens. Eigentlich Landwirtin, stieg Gilli als Pionierin in das Green-Care-Projekt ein. Sie ließ sich ausbilden und betreibt heute auf ihrem Hof ein Zentrum für Lebensberatung und tiergestützte Therapie und arbeitet dabei mit der psychosozialen Klinik Eggenburg zusammen.

Ihr Schwerpunkt liegt auf der Arbeit mit Pferden, doch wer sich vor ihnen



Leiterin Clemen

fürchtet, darf mit Kaninchen beginnen und sich dann über Schweine zur Quarterhorse-Stute Speedy hocharbeiten.

„Die meisten Patienten reißen sich um die Tier-Therapie“, berichtet Andreas Rimmel, Leiter der psychosomatischen Klinik Waldviertel. Sie lieben die nonverbale, ursprüngliche Kommunikation, mögen es, die Sanftschnauze des Haflingers zu spüren, freuen sich an Oskars Steckdosennase.

Auf Green Care Höfen in Österreich sind die Tiere eigens geschult.

Es sind Menschen, die am Borderline-Syndrom leiden, an Angstzuständen, an Burnout oder Depression. Durch ihre Krankheit sind sie oft abgeschnitten von ihren Gefühlen und Bedürfnissen. Durch die Tiere lernen sie, Vertrauen aufzubauen und Bindungen einzugehen, aber auch, sich abzugrenzen und innerlich aufzurichten.

Die Pferde reagieren nur, wenn die Person vor ihnen fest und selbstbewusst steht, Raum einnimmt. Dann weichen

sie und gehen rückwärts. Das Gefühl, ein solch großes Tier zu dirigieren, flößt Selbstvertrauen ein.

Doch nur für zehn Prozent der Patienten in der Klinik gibt es Plätze auf dem Hof. Sechs Wochen lang kommen die Auserwählten an jeweils zwei Tagen auf Gillis Farm – auf Kosten der Krankenkasse. 120 Euro erhält sie pro Lehrstunde, die inklusive Vor- und Nachbereitung eigentlich drei sind. Die Sitzungen werden protokolliert, damit die Therapeuten in der Klinik daran anknüpfen können.

Landwirte, die in die Green Care einsteigen, bekommen vom Landwirtschaftsministerium Zuschüsse für die Ausbildung von Mensch und Tier sowie die Umbauten, die für die Hofzertifizierung nötig sind. Schon wird darüber nachgedacht, auf großen Gehöften Apartments für betreutes Wohnen einzurichten.

Ursula Köstl vom Landeskompetenzzentrum für Mensch-Tier-Beziehung in der Nähe von Graz hat bereits erste Anfragen von Sozialorganisationen, die sich für die Ausbaureserve in ihrem Gebäude interessieren. Das riesige Haus ist nur



**Therapie-
Schweine,
-Lama auf
Green Care
Hof; Weg-
weiser zur
Präsenz-
Schule**

wenige hundert Meter von Köstls Farm entfernt. Hier stehen zertifizierte Therapieschweine, Esel, zahme Hühner, vorwitzige Ziegen, Schafe, Kaninchen, Pferde und zwei sehr kritisch dreinblickende Lamas als Co-Therapeuten den Klienten zur Verfügung.

Die Burnout-Klienten schickt die ausgebildete Fachkraft für tiergestützte Therapie am liebsten zu den Schafen. „Diese Menschen haben meistens ein Pausenproblem, sie können einfach nicht zur Ruhe kommen.“

Diese legt sie dann in eine Hängematte mitten in die Schafsherde hinein. „Schafe entschleunigen“, sagt Köstl, „und sie himmeln Menschen an.“ Zuerst schaukeln die Menschen noch unruhig hin und her, doch je ruhiger sie werden, desto näher kommen die Tiere. Am Ende verschwindet der Klient in einem riesigen Wollknäuel – die Schafe wurden ausgebildet, sich ausgiebig kraulen zu lassen und dies auch zu genießen.

Seit 20 Jahren betreibt Köstl schon tiergestützte Lebenshilfe, lange im Alleingang. Dass Green Care nun professionalisiert wird, bestätigt sie.

Selbst die Wissenschaft will nicht mehr außen vor bleiben. Im Herbst will die Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien einen Master-Studiengang mit dem Titel „Green Care: Pädagogik und Therapie mit Pflanzen und Tieren“ anbieten.

Der Studiengang, der derzeit in der Zulassungsphase steckt, soll berufsbegeleitend sein, sechs Semester dauern und circa 9000 Euro kosten. Die Studenten lernen die Grundlagen der Tier- und Gartentherapie, der Pädagogik und der Lebensberatung. In Österreich ist Lebensberatung neben der Medizin, der Psychotherapie und der Psychologie als vierte Säule in der Gesundheitsvorsorge fest verankert. Der wissenschaftliche Abschluss qualifiziert im Bereich Green Care und legt die Basis für die Befähigung zum Lebens- und Sozialberater. „Wir hoffen sehr, dass Praktiker kommen, Pädagogen oder Landwirte, die das Gelernte möglichst auf ihrem eigenem Hof umsetzen können“, sagt Hochschulrektor Thomas Haase.

Auf die Ausbildung am edlen Pferd darf der Student jedoch nicht hoffen. Dafür lernt er, die Achatschnecke pädago-

gisch gewinnbringend einzusetzen. Die kommt nämlich nur aus ihrem Haus gekrochen, wenn die Hand, die sie hält, ruhig bleibt. Eine lehrreiche Lektion für hibbelige Kinder. Auch die therapeutische Arbeit mit Hund und Katze und den Nutztieren Rind, Schwein und Schaf wird durchgenommen.

Eine besondere Expertise jedoch hat die Hochschule in der Gartentherapie, die sie seit vier Jahren in einer Werkstatt betreibt. Auf dem Hochschulgelände ist ein Therapiegarten angelegt, der zweimal die Woche von Bewohnern des Geriatriezentrums Wienerwald gehegt und gepflegt, gesät und geerntet wird. Die Senioren werden dabei von Sozialpädagogen, Agrarpädagogen, Psychologen und Studenten betreut.

„Die enge Verbindung zur Natur erleichtert es den Menschen, ihre Bedürfnisse wieder zu erkennen“, sagt der Psychotherapeut Fritz Neuhauser. Daher eignet sich Gartentherapie auch für Burnout-Patienten. Sie regt alle Sinne an, trainiert den Körper – und ist bestens geeignet, mal richtig Dampf abzulassen. Wer jemals im Wutanfall ein Beet umgegraben hat, weiß um die erlösende Wirkung von Erdarbeiten. Kostengünstig ist die Therapie allemal.

Neuhauser arbeitet als Arzt im Geriatriezentrum, wo er mit Bewohnern mehrere Gärten angelegt hat. Das Säen und Ernten, das Kochen und Beisammensitzen gibt vielen Alten den Lebenssinn zurück, beobachtet er. Besonders für die Desorientierten, die aus der Klinik nicht mehr herauskommen, ist der Garten eine Zufluchtsstätte.

Weil sich die alten Leute schlecht bücken können, hat Neuhauser ihnen eingewölbte Hochbeete bauen lassen, die man mit Rollatoren und Rollstühlen anfahren kann. Aber allzu bequem soll es auch nicht sein: „Gartentherapie ist auch Krankengymnastik. Die Leute müssen körperlich auch ein bisschen gefordert werden“, sagt Neuhauser. „Sie würden sich wundern, wie flink sich so mancher noch bücken kann, wenn er eine fette Erdbeere grapschen will.“

Vor allem aber hilft das Buddeln und Harken den Menschen, mit sich selbst und auch mit ihrer Umwelt in Kontakt zu treten. Zu sehen, wie eine Pflanze wächst, sich entwickelt und verändert, kann Prozesse der Selbsterfahrung in Gang setzen. Oder ganz einfach glücklich machen.