



© Philipp Frei, BK BE-SO-FR

SlowFLOWers – blühende Integration

Das Blaue Kreuz Bern wagt auf der Stadtbrache ein gartentherapeutisches Experiment und prüft die floristische Gartenarbeit auf ihre Eignung für die soziale und berufliche Integration von Suchtkranken.

Am Anfang stand zweifellos meine angeborene Faszination für Pflanzen und die persönliche Erfahrung, dass diese Lebewesen bei Krisen oft die Rolle des sprichwörtlichen Strohhalms gespielt haben. Die wohlthuende, stimmungsregulierende Wirkung des Gärtnerns müsste man doch in der Arbeit mit Menschen einsetzen können - davon war ich überzeugt und wurde in der Gartentherapie fündig. Als ich mich vor zwei Jahren zum CAS-Lehrgang „Gartentherapie“ an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften anmeldete wusste ich noch nicht, dass meine Vision in unmittelbarer Zukunft bereits Konturen bekommen würde.

Die Arbeit des Blauen Kreuzes

Seit fünf Jahren bin ich als Sozialarbeiterin beim Blauen Kreuz Bern im Fachbereich Integration und Betriebe tätig. Unser Kernauftrag ist, Menschen auf ihrem Weg aus der Sucht zu begleiten. Im Fachbereich Integration besteht diese Hilfe aus der adressatenspezifischen Tagesstruktur, psychosozialer Beratung und Umsetzung der abstinenzfördernden Maßnahmen. Die Tätigkeitsbereiche befinden sich einerseits in der

Gastronomie (alkoholfreie Treffpunkte) und andererseits in unseren BrockiShops - zwei Secondhandläden mit sozialem Auftrag in den Städten Bern und Thun. Der interkantonale Verband Blaues Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg versteht sich als Kompetenzzentrum für Alkoholfragen und ist in die Fachbereiche Prävention + Gesundheitsförderung, Beratung + Therapie und Integration + Betriebe gegliedert. Er ist Teil des Schweizerischen und des Internationalen Blauen Kreuzes. Diese Organisation wurde 1877 in der Schweiz vom Genfer Pfarrer Louis-Lucien Rochat gegründet und ist in der Anlehnung an die britische und amerikanische Abstinenzbewegung entstanden. Heute gilt das Blaue Kreuz als eine der wichtigsten Organisationen der Suchthilfe weltweit. Die Arbeit des Blauen Kreuzes wird teilweise durch eine Leistungsvereinbarung mit den Kantonen Bern und Solothurn, durch Beiträge der reformierten Kirche und Stiftungen sowie durch Spenden finanziert. Auch der Erlös aus dem Verkauf von gespendeten Gebrauchsartikeln und Dienstleistungen wie Hausräumungen dienen der Finanzierung der Blaukreuzarbeit.

Das Prinzip Brockensammlung

Die Brockenhausarbeit ist eine unbekannte und oft unterschätzte Methode der Sozialen Arbeit, deren Wurzeln bis ins 19. Jahrhundert reichen. Gemäß Gerhard (1958) gründete der evangelische Diakon Friedrich von Bodelschwingh der Ältere (1831-1910), der für seine Anstalt für Epilepsiekranken Bethel in Bielefeld bekannt geworden ist, die allererste Brockensammlung in Deutschland. Die Idee dafür lieferten ihm eine Warenspende für die Anstalt und die biblische Geschichte von der Speisung von 5000 Personen. Im Johannesevangelium steht dazu: „sammelt die übrigen Brocken, damit nichts umkomme“. Von Bodelschwingh publizierte in der Zeitung einen Aufruf mit einer Liste von Gegenständen, die gespendet werden könnten. Als Begründung für diese Sammlung gab er das Bedürfnis an, die Bewohnenden seiner Anstalt mit der Aufbereitung der Ware für den Verkauf zu beschäftigen. Das Echo war so groß, dass für die Aufbewahrung der gespendeten Materialien eigens ein Haus gebaut werden musste. So entstand 1891 das erste „Brockenhaus“ (Singer, 2011). Und mit ihm die niederschwellige Beschäftigung und Tagesstruktur für kranke Menschen, wie wir sie heute kennen.

Alkohol, Sucht und Komorbidität

Ich bin als Verantwortliche für Integration des BrockiShops Bern für die Entwicklung des Tagesstrukturangebotes und die Fallführung der uns anvertrauten abhängigkeitserkrankten Menschen zuständig. Die Nachfrage nach niederschweligen suchtspezifischen Tagesstrukturplätzen für Sozialhilfebeziehende ist groß. Dieser Umstand führte dazu, neue Ideen und Möglichkeiten für Beschäftigung auszuloten. Doch bevor ich meinen Weg nach „Draußen“, also aus der Brockenstube in die Natur beschreibe, will ich die Adressatinnen und Adressaten unseres Angebotes vorstellen. Medizinisch wird Sucht als „ein seelischer, evtl. auch körperlicher Zustand definiert, der dadurch gekennzeichnet ist, dass ein Mensch trotz körperlicher, seelischer oder sozialer Nachteile ein unüberwindbares Verlangen nach einer bestimmten Substanz empfindet, das er nicht mehr steuern kann und von dem er beherrscht wird“. Diesen Krankheitszustand beschreibt die WHO seit 1969 als „Abhängigkeit“ (Mulot & Schmitt, 2017). Mit der Substanz sind einerseits legale Drogen wie Alkohol, Tabak und Medikamente und andererseits illegale Drogen wie Cannabis, Heroin und Kokain gemeint. Man spricht von einer Abhängigkeit, wenn mindestens drei von folgenden fünf Kriterien zutreffen: starker innerer Drang, eine Substanz einzunehmen; bedingt steuerbarer Einfluss auf Beginn, Dauer, Menge und Beendigung des Konsums; körperliche Entzugssymptomatik beim Absetzen oder Reduktion des Suchtmittels; Nachweis der Toleranz gegenüber der konsumierten Substanz; Vernachlässigung anderer Lebensbereiche zugunsten des Konsums.

Bei der Entstehung einer solchen oder ähnlichen Abhängigkeitserkrankung sind drei Faktoren in ihrer Wechselwirkung beteiligt: die Person selbst, das konsumierte Suchtmittel und die herrschenden Umweltbedingungen. Diese Faktoren spielen deshalb auch in der Prävention und Therapie von Suchterkrankungen eine große Rolle. Die therapeutische Behandlung strebt primär die Abstinenz im Sinne der Freiheit von der Substanz an. Menschen, die eine Abhängigkeitserkrankung aufweisen, haben oft eine zweite psychiatrische Diagnose. Die Medizin spricht dabei von einer „Komorbidität“ im Sinne der nebeneinanderstehenden, gleichzeitig vorhandenen Erkrankungen oder Störungen. Laut gegenwärtigem Stand der Forschung können folgende psychische Störungen zu einer Suchtentwicklung führen (nach Walter, 2019):

- * Psychotische Störungen
- * Affektive Störungen
- * Angststörungen
- * Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS)
- * Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS)
- * Persönlichkeitsstörungen

Ebenfalls kann eine Suchterkrankung, wie z.B. eine Alkoholabhängigkeit eine Reihe von psychischen Störungen verursachen (Walter, 2019).

Die Blumen auf der Stadtbrache

Als ein benachbarter Quartierverein zur Mitgestaltung der Stadtbrache in zweijähriger Zwischennutzung aufrief, reichte ich mein gartentherapeutisches Vorprojekt ein. Auf der Fläche der ehemaligen städtischen Familiengärten, wo neben einer Genossenschaftsüberbauung

der zukünftige öffentliche Stadtteilpark Holligen Nord entstehen sollte, legte ich einen Schnittblumengarten von 60m² an, um dem Klientel Integrationsplätze auch im „grünen“ Bereich anzubieten. Zum Start bediente ich mich ebenfalls der „Brockensammlung“, indem ich zusammen mit einer Klient*in die Brache nach „verwertbaren“ Pflanzen durchsuchte. Mit zurückgelassenen, aber auch privat gespendeten oder an Pflanzentauschbörsen eingehandelten Stauden, konnte ich die vorbereiteten Beete bestücken. Diese ergänzte ich mit einjährigen Blumen. Auch das Arbeitsmaterial wie Gartenwerkzeuge und Dünger konnten wir zum großen Teil durch Warenspenden decken. Bis die eingepflanzten Stauden geerntet werden konnten, sammelten wir die „Brachenblumen“, also floristisch interessante Pflanzen, ein und verarbeiteten sie zu Blumensträußen für den Verkauf. Während zwei Saisons kultivierte wöchentlich durchschnittlich eine Klientin beziehungsweise ein Klient in meiner Begleitung die Schnittblumen, erntete und band sie für den Verkauf im nahegelegenen Integrationsbetrieb BrockiShop. Ein Teil der Blumen fand Verwendung als Tischdekoration in unserem haus-eigenen Integrationsrestaurant. In der Adventszeit konnte die floristische Arbeit mit gespendeten Koniferenzweigen und Dekorationsmaterial aus dem Brocki-Fundus gestaltet werden. Die Begleitung der Klient*innen fand nach den Grundsätzen der Ressourcenorientierung und des Empowerments statt. Die Zwischen-nutzung der Brache wurde um ein Jahr bis Herbst 2021 verlängert. Das Blaue Kreuz nutzt die gewonnene Zeit, um ein garten-therapeutisches Angebot in angepasster Form zu realisieren.



© Philipp Frei, BK BE-SO-FR



© Philipp Frei, BK BE-SO-FR

Die Ziele der Gartentherapie

In Rahmen meiner CAS-Abschlussarbeit überprüfte ich den aktuellen Stand der Forschung in der Gartentherapie mit den Suchtkranken und war erstaunt, wie selten diese Anwendung findet. Ich verglich dabei die gartentherapeutischen Angebote mehrerer Institutionen der Suchtbehandlung im In- und Ausland. Für folgende Behandlungsziele schien sie besonders geeignet zu sein:

- * Sich selbst wahrnehmen (Förderung der Selbstkompetenz): z.B. Steigerung des Selbstwertgefühls, (Wieder-)Entdeckung von Freude und Genuss, Selbstregulation bei Stress, Ausdauer entwickeln.
- * Sich selbst in der Gruppe wahrnehmen (Förderung der Sozialkompetenz) und akzeptabel im sozialen Umfeld agieren.
- * Erlernen der autonomen Tagesstrukturierung, sodass man einen gesundheitsfördernden Alltag leben kann.
- * Ausgewogenes Verhältnis von Arbeit und Freizeit.
- * Beziehung zur Natur (wieder) entdecken.

Ein Happy End

Zum Schluss will ich noch eine Geschichte erzählen, von einer Klientin, welche Dank des experimentellen Rah-

mens des Vorprojekts, gepaart mit enger und professioneller Begleitung durch das Behandlungsteam, die psychische Stabilisierung und das Vertrauen in die eigenen beruflichen Fähigkeiten als gelernte Zierpflanzengärtnerin wiedererlangen konnte. Frau M. kam vor zwei Jahren mit Diagnose Borderline und Verdacht auf substanzungebundene Sucht zur Abklärung und Wiedereingliederung in unseren BrockiShop. Anfangs litt sie an starken Stimmungsschwankungen und hatte Mühe, in einer Gruppe zu arbeiten. Die Gartenarbeit im Einzelsetting mit viel Raum für Eigeninitiative und Kreativität gab ihr jedoch schnell die nötige Sicherheit, sich auf Neues einzulassen. Besonders die Arbeit im Freien mit den Pflanzen und die große Wertschätzung, die ihrem Talent als Blumenbinderin entgegengebracht wurde, erlebte sie als heilsam. Neben der wiedergewonnenen Freude am Leben und ihrem „grünen“ Beruf erachte ich es als großen Erfolg, dass Frau M. ihren Berufsweg in der Gärtnerei der Stiftung Solodaris in Solothurn fortsetzen kann.

Literaturhinweise und Kontakt

Karadschajew, D. (2020). Publikationen über Gartentherapie mit Suchtkranken. Unveröffentlichte CAS-Abschlussarbeit, ZHAW.

Singer, B. (2011). Brockenstuben und Soziale Arbeit. Die vergessenen sozialen Tätigkeiten der ersten Brockenstuben in der Schweiz: eine historische Untersuchung. Bachelor-Thesis, FHNW.

Stettler, C. (2020, September). Es tut gut, Hilfe anzunehmen! Engagiert. Einblick in unsere Arbeit. Magazin des Blauen Kreuzes Bern-Solothurn-Freiburg.

BrockiShop
Bern, Schwarztorstrasse 115A, 3007
Bern, +41313826263,
besofr.blaueskreuz.ch

Dscheren Karadschajew Krebs, BSc

Ausbildung zur Keramikerin. BSc in Sozialer Arbeit mit Schwerpunkt in klinischer Sozialarbeit und Integration. CAS Gartentherapie.
d.karadschajew@blaueskreuzbern.ch

Dscheren Karadschajew Krebs
© Michael Eggen, michaelleggen.com