

# **BOGYARBEIT**

**ÜBER MEIN PRAKTIKUM  
AUF DEM**

## **WASENHOF IN GRAB**

**IM ZEITRAUM VOM**

**03.04.2006-07.04.2006**



**VON VERONIKA KOHN**

**ST.AGNES, KL.11a**

## Vorüberlegungen

Bei der Auswahl meines Bogyplatzes war es für mich sehr wichtig, dass ich eine Praktikumsstelle habe, bei der ich nicht die ganze Woche in einem Büro oder einer Firma verbringe, da ich mir dies auch für meinen späteren Beruf nicht vorstellen kann.

Ich brauche einen Beruf, bei dem ich möglichst viel draußen an der frischen Luft bin. Gerade wegen dieser Kriterien wusste ich anfangs noch nicht in welchem Bereich ich meine Praktikumswoche absolvieren sollte.

Dann ergab es sich jedoch, dass ich am 24.10.05 zu einem Kräuterseminar nach Großerlach ging. Ich interessierte mich schon länger für Kräuter und ihre Heilwirkung. An diesem Seminarabend habe ich spontan beschlossen zu fragen, ob ich bei Frau Pommerer, der Kursleiterin, mein Praktikum machen könnte. Noch am selben Abend hatte ich meine Praktikumsstelle als *Kräuterpädagogin*.

Frau Pommerer, meine Betreuerin, hat den Bauernhof (Wasenhof) ihres Vaters übernommen und möchte aus diesem ein Kräuterzentrum aufbauen. Dort sollen dann Seminare in größerem Rahmen - als es bisher auf ihrem derzeitigen Hof möglich ist - abgehalten werden. Sie wird dort unter anderem auch einen Kräutergarten anlegen, bei dessen Planung und Ausführung ich helfen werde.

Dabei erwarte ich Folgendes zu lernen:

- Kriterien, nach denen ein Kräutergarten angelegt wird:
  - Wegführung
  - Lage, Einteilung und Reihenfolge der Kräuterbeete
- Bau einer Kräuterspirale
- Kenntnisse über die Vielfalt der Pflanzen zu erwerben
- Bedürfnisse der verschiedenen Pflanzen kennen lernen:
  - richtiger Standort
  - richtige Pflege
- Umgang mit Pflanzen:
  - richtiger Zeitpunkt um zu pflanzen, umzusetzen und zu ernten
- Verarbeitung der Pflanzen zu:
  - Ölen
  - Salben
  - Kosmetika
- Heilwirkung der pflanzlichen Inhaltsstoffe

Wann wir dies alles durchführen, konnte mir Frau Pommerer im Voraus nicht genau angeben, da viele Tätigkeiten wetterabhängig sind.

## Berufsfeldbeschreibung

Der Beruf Kräuterpädagogin ist keine offizielle Bezeichnung. Es ist eine Kombination verschiedener Fachrichtungen.

Schulmedizin und alternative Medizin wie Ayurveda, Akupunktur, Akupressur, Phytotherapie, Aromatherapie, oder eine Heilpraktikerausbildung können genauso in dem Beruf enthalten sein wie Ökotrophologie, Pharmakologie, Biologie oder die Ausbildung zum Masseur oder Therapeuten. Will man sich vor allem mit Pflanzen befassen, ist eine Gärtnerlehre ebenso möglich.

Aus diesem Grund kann ich nicht generell sagen, welche formalen und schulischen Voraussetzungen benötigt werden. Es kommt darauf an, auf welchen Bereich man den Schwerpunkt legen und sich spezialisieren möchte.

Die Möglichkeiten, diesen Beruf zu gestalten, können je nach Schulabschluss und Interessenlage individuell sehr unterschiedlich sein, da die verschiedensten Bereiche kombiniert werden können.

Aber auf alle Fälle sollte man Interesse an der Natur und deren biologischen Prozesse sowie Freude am Umgang mit Menschen haben, gut beobachten können, Flexibilität besitzen und die Bereitschaft, lebenslang zu lernen, mitbringen.

So facettenreich dieser Beruf sich mir darstellte, so unterschiedlich kann der Ausbildungsweg sein, den ich am Beispiel meiner Betreuerin darstellen möchte:

Ausgehend von der Ausbildung zur Meisterin der Hauswirtschaft hat sie sich zuerst im Fachbereich Ernährung umfassende Kenntnisse angeeignet. Sie wurde Fachfrau für Kinderernährung beim Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum. Durch jährliche Hygieneschulungen, Fortbildungen und Sonderseminare, z.B. im Bereich Rhetorik und Powerpoint Präsentationen, qualifizierte sie sich weiter, so dass sie Veranstaltungen im Kindergarten, in Schulen sowie Lehrer- und Erzieherfortbildungen durchführen konnte.

Außerdem begann sie, sich in verschiedenen Massagetechniken auszubilden. Dazu gehörten: Fußreflexzonenarbeit, Cranio Sakral Therapie<sup>1</sup>, aber auch Meridiantekniken, Ohrakupressur, Headsche Zonen<sup>2</sup>, Reflexzonen, Breussmassage Wirbelsäulenkorrektur nach Dorn, ayurvedische und tibetische Rückenmassagen sowie chinesische Druckpunktmassage verbunden mit einer Ausbildung zur Ayurveda – Wellness – Beraterin.

Daran schlossen sich die Ausbildungen zur ärztlich geprüften Aroma – und Klangtherapeutin.

Ein weiterer Spezialbereich ist die Kräuterheilkunde; sie ist Heilkräuterexperte im Kneippverein. Um als Kräuterpädagogin arbeiten zu können, hat sie den Sachkundenachweis für freiverkäufliche Arzneimittel abgelegt.

*Das Tätigkeitsfeld* eines Kräuterpädagogen umfasst viele Aufgaben. Er ist nicht nur für die Aufzucht, Pflege und Ernte der Pflanzen zuständig, er muss auch wissen, wie und zu welchen Produkten die einzelnen Pflanzen verarbeitet werden können. Beispielsweise ist es möglich Kräuteröle herzustellen. Diese können bei einer zusätzlichen Ausbildung als Masseur heilend als Massageöle eingesetzt werden.

Um sowohl die Produkte als auch die eigenen Leistungen vermarkten zu können, ist es nötig, Werbung in Form von Annoncen, Plakaten, Homepage und Flyer zu betreiben. Außerdem ist es sehr wichtig durch verschiedene Veranstaltungen wie Vorträge und Seminare an die Öffentlichkeit zu treten.

Zusätzlich sind, da dieser Beruf eine selbstständige Tätigkeit darstellt, buchhalterische Fähigkeiten gefordert. Um in diesem Beruf erfolgreich zu sein, muss man gut rechnen und kalkulieren können, leistungsbereit sein und Freude am ständigen Fortbilden haben, da man in allen Bereichen dieses Berufes auf dem neusten Stand sein muss.

## **Erörterungsteil**

Als ich montagsmorgens bei Frau Pommerer eintraf, wurde ich erst einmal zurecht gewiesen. Ich sollte etwas Richtiges anziehen: Stiefel, dicke Socken, ein langes T-Shirt, einen warmen Pullover, eine dicke Jacke und ein Kopftuch. Anfangs hielt ich das für übertrieben, da es schon April war und ich auch sonst nicht leicht friere. Doch als wir dann auf das Feld gingen, um Wiesenampfer, Hahnenfuß und Gras zu jäten, sah ich sehr schnell ein, wie gut es gewesen war, etwas Wärmeres angezogen zu haben.

Das Wetter spielt in diesem Beruf jedoch nicht nur bei Kleidungsfragen eine Rolle. Vor allem im Frühjahr ist es unmöglich langfristig zu planen, da nie sicher vorherzusagen ist, wie das Wetter sein wird und welche

Arbeiten erledigt werden können.

Man kann sogar sagen, dass es je nach Jahreszeit den ganzen Tagesablauf bestimmt.

Im Frühjahr ist es früh morgens noch zu feucht und zu kalt um hinaus zu gehen. Außerdem ist die Erde noch sehr schlammig, um problemlos bearbeitet zu werden.

Im Sommer dagegen ist es ratsam, möglichst bald anzufangen, um die Mittagshitze zu meiden. Während dieser können dann im Haus z.B. organisatorische, bzw. Planungsarbeiten verrichtet werden.

Dennoch dominieren Arbeitsabläufe im Freien und man verbringt fast den ganzen Tag draußen.

Auf die Dauer ist diese körperliche Arbeit sehr anstrengend, da man die meiste Zeit eine gebückte Haltung einnimmt.



Bild Nr. 1: Feldarbeit

Diesen gesundheitlichen Aspekt sollte man besonders im Hinblick auf das fortschreitende Alter berücksichtigen. Doch genauer betrachtet bietet diese Arbeit in gesundheitlicher Hinsicht nicht nur Negatives. So werden die Widerstandskraft und das Immunsystem durch die Arbeit im Freien gestärkt und das psychische Wohlbefinden wird positiv beeinflusst. Die körperliche Anstrengung und das Sonnenlicht bewirken außerdem, dass im Körper Endorphine – so genannte Glückshormone – freigesetzt werden.

Trotzdem verursachen Arbeiten, wie Unkrautjäten nicht immer Glücksgefühle. Sie kann sogar sehr deprimierend sein, da sie nicht nur langwierig, sondern auch langweilig und monoton ist. Doch selbst eine solche Arbeit hat Positives, da sie meditativen Charakter haben kann.

Nach einem mühsamen Arbeitstag ist der Erfolg der Arbeit sichtbar und die Anstrengungen sind schnell vergessen.

Wann ein solcher Arbeitstag zu Ende ist, ist für einen Selbstständigen allerdings schwer vorhersagbar. Selten hört man schon nach siebeneinhalb oder acht Stunden auf zu arbeiten, wie es in anderen Berufen üblich ist. Selbst als ich meine Praktikumswoche absolvierte, hörten wir nie vor sieben Uhr abends mit der Arbeit auf. Wenn es tagsüber unmöglich war draußen zu sein, gingen wir abends noch hinaus, um die Pflanzen zu setzen, damit sie über Nacht nicht eingehen.

Außerdem kann man nicht davon ausgehen, dass das Wochenende frei ist, da dies die einzige Zeit ist, in der man längere Seminare geben kann.

Wie ersichtlich wird, bleibt bei diesem Beruf nicht sehr viel Freizeit übrig. Meine Betreuerin meinte sogar, dass die Zeit es nicht zulässt wenigstens einmal im Jahr in den Urlaub zu fahren. Der Zeitmangel ist dabei jedoch nicht das einzige Problem. Eine noch wesentlichere Rolle spielt der finanzielle Aspekt. Trotz der großen Anstrengungen und des Zeitaufwandes ist kein geregeltere Einkommen gegeben.

Kräuterpädagogie ist also kein Beruf für einen Menschen, der finanzielle Sicherheit braucht und Risiko scheut.

Denn selbst wenn Einnahmen erzielt werden, reichen diese nur dafür aus, um knapp die Existenz zu sichern. Will man sich in diesem Beruf selbstständig machen, dann muss anfangs Gelände gekauft bzw. gepachtet werden, auf dem ein Kräutergarten angelegt werden kann. Die dadurch entstehenden monatlichen Ausgaben müssen erst einmal erwirtschaftet werden, was bedeutet, dass ein finanziell sorgenfreies Leben sicher nicht möglich ist. Monatliche Pachtzinsen bzw. Kreditrückzahlungen sind über Jahre hinaus feste Kosten, die einkalkuliert werden müssen.

Und, als wären dies nicht schon genug Probleme, werden die gesetzlichen Richtlinien in diesem Bereich immer strenger. Die therapeutische Arbeit wird durch sie stark eingeschränkt. Es ist z.B. nicht mehr erlaubt, Kräuter, Tinkturen oder ähnliches zu verkaufen, wenn keine medizinische Ausbildung vorliegt.

Doch es gibt auch durchaus Erfreuliches in diesem Beruf. Sind die in der Berufsfeldbeschreibung genannten Charaktereigenschaften gegeben, so sind die Chancen auf dem Arbeitsmarkt sehr gut, da das bisherige Gesundheitssystem im Umbruch ist. Ausschlaggebend hierfür sind die ständig steigenden Kosten in unserem Gesundheitswesen und das gleichzeitig sinkende Vertrauen der Menschen in die Schulmedizin. Zu dem steigt das Vertrauen in die alternative Medizin. Sie gewinnt immer mehr an Anerkennung, da neue Forschungsmethoden es ermöglichen, die Wirkung der Heilpflanzen durch Nachweisen der Inhaltsstoffe zu belegen.

Dies führt dazu, dass viele Menschen wieder auf natürliche Heilmethoden zurückgreifen und ursprungsorientierter zu denken beginnen. Das bedeutet jedoch keinen Rückschritt in der Medizin, sondern lediglich, dass das Naturbewusstsein wieder stärker zur Geltung kommt. Lange haben wir vergessen, dass die Natur uns fast alles bieten kann, was wir brauchen ohne unserer Gesundheit durch Nebenwirkungen zu schaden. Bei Verabreichung eines Antibiotikums z.B. ist oft festzustellen, dass der Magendarmtrakt in Mitleidenschaft gezogen wird, allergische Reaktionen auftreten und anderes mehr.

Außerdem werden die Mikroorganismen gegenüber den Medikamenten immer resistenter und diese verlieren dadurch ihre Wirksamkeit.

Man kann jedoch sagen, dass in der Natur gegen fast jede Krankheit ein Kraut wächst. Wir müssten nur hinausgehen und es pflücken. Doch leider haben wir das Wissen darüber größtenteils verloren und nicht nur das, sondern auch den Respekt gegenüber der Natur.

Denn wer bezeichnet Löwenzahn und Brennnessel als eine nützliche Heilpflanze?! Sind es nicht viel mehr nervige Unkräuter, die ausgerissen oder abgemäht werden müssen, um dann achtlos auf den Kompost geworfen zu werden?! Dabei könnte man aus diesem „nervigen Unkraut“ einen guten Löwenzahnsalat oder eine Brennnesselsuppe herstellen, was nicht nur gut schmeckt, sondern auch noch gesund ist!

Und wer von uns nimmt bei einem ganz gewöhnlichen Spaziergang noch die vielen Heilkräuter am Wegrand wahr? Kaum jemand; denn fast niemand weiß, dass das, was er da sieht, eine Heilpflanze ist – wenn er es überhaupt sieht und achtlos daran vorbeigeht.

Unsere heutige Gesellschaft ist eine „ICE-Gesellschaft“, in der man sich nicht die Zeit nimmt, sich eingehend mit der Natur zu befassen.

Kein Mensch geht heute hinaus, wenn er Kopfschmerzen hat, um sich ein bisschen Rinde von der Weide zu schneiden. Nein, der bewährte Griff zur Aspirinschachtel tut es da auch.

Was man sich aber nicht bewusst macht: Der gleiche Inhaltsstoff (Salicin bzw. Salicylsäure)<sup>3</sup>, der in Aspirin ist, ist auch in der Weidenrinde enthalten. Nur mit dem Unterschied, dass beim Aspirin die Säure synthetisch hergestellt wird und diese dann weiterentwickelt wird zur Acetylsalicylsäure, welche bei einem empfindlichen Magen zu Beschwerden führen kann. Im Extremfall kann es sogar zu Magenblutungen kommen. Diese Nebenwirkungen sind bei Einnahme von Weidenrinde nicht vorhanden und trotzdem wird das gleiche Ergebnis erzielt: Die Kopf- und Gliederschmerzen

sowie das Fieber verschwinden.

Ein weiterer Nachteil von Aspirin ist, dass der Körper bei zu häufiger Einnahme resistent wird und nicht mehr reagiert, das heißt, die Beschwerden klingen nicht ab.

Mit diesen Aussagen möchte ich aber nicht den Eindruck erwecken, dass die Schulmedizin zu nichts zu gebrauchen und nur schlecht ist. In manchen Fällen wie Aids und bei Krebserkrankungen ist es sogar sehr gut, dass die Forschung soweit fortgeschritten ist, obgleich sie noch nicht ganz ausgereift ist und immer wieder vor neuen Problemen steht. Doch möchte ich deutlich machen, dass es sehr wichtig ist, die alternative Medizin wieder mehr zu beachten und zu unterstützen, auch dadurch, dass man einen entsprechenden Beruf ergreift.

Um diesen Beruf auszuüben, ist es sinnvoll, anfangs als Angestellter in einem Betrieb zu arbeiten um Erfahrungen zu sammeln und sich nebenher in anderen Teilbereichen weiter fortzubilden. Wenn man genügend Erfahrung und Wissen erworben hat und ein gutes Startkapital zur Verfügung steht, könnte der Schritt in die Selbstständigkeit folgen, da die Selbstständigkeit in diesem Berufszweig viele Vorteile hat.

Wie schon erwähnt, gibt es viele Ausbildungswege. Je nach dem welche Schwerpunkte gesetzt wurden, kann man auch seinen Beruf gestalten. Um dies frei tun zu können und sich hier nicht nach anderen richten zu müssen ist es nützlich selbstständig zu sein. Man ist sein eigener Herr und kann sich die Arbeit selbst einteilen.

Ein Vorteil, der für mich eine große Rolle spielt ist die Abwechslung.

Durch die verschiedenen Berufsfelder, die in diesem Beruf mit einbezogen werden können, wird es so gut wie nie langweilig. Der Beruf besteht aus so vielen Bereichen und selbst ein Bereich umfasst für sich alleine genommen schon sehr viele Aufgaben.

Da ich mich besonders für die Heilkräuter und deren Wirkung interessiere, möchte ich darauf näher eingehen.

Es gehört nicht nur zu den Aufgaben das Feld zu jäten und zu bepflanzen, es gehört auch eine ganze Menge Planung dazu.

In meiner Praktikumswoche überlegten wir uns beispielsweise, nach welchem System man die Heilkräuter im Feld anordnet und wie man die Wege legt, damit die Leute bei Führungen alles gut sehen können, dabei aber nichts kaputt machen und man selbst gleichzeitig noch gut zu den Menschen sprechen kann.

Um die Pflanzen auch ansprechend zu präsentieren, legten wir eine Kräuterspirale an.



Bild Nr.2: Anlegen einer Kräuterspirale

Wie hier zu sehen ist, hat das anfangs nichts mit Heilpflanzen zu tun, sondern viel mehr mit handwerklichem Geschick.

Am letzten Tag haben wir dann, was auch zu den Aufgaben eines Kräuterpädagogen gehört, Salben, nur aus

Produkten der Natur, hergestellt.

## **Resumée**

Was mir an diesem Berufszweig besonders gefällt ist, dass in der alternativen Medizin nicht nur oberflächlich behandelt wird. Das heißt, es werden nicht nur die einzelnen Symptome behandelt, sondern die Krankheit wird an den Wurzeln gefasst.

Oft unterhält sich der Therapeut sehr lange mit dem Patienten um dann heraus zu finden, dass sein Problem nicht die chronischen Bauchschmerzen sind, sondern dass sein Problem viel tiefer, in der Psyche verankert liegt.

Der Patient ist nicht nur ein Mensch, dem man ein Medikament verschreibt und dann wieder heim schickt, er ist viel mehr ein Individuum. Dies ist ein weiterer wichtiger Grund dafür, dass ich sehr gerne in diesem Bereich einen Beruf ergreifen möchte.

Versicherung:

Hiermit versichere ich, dass ich diese Bogyarbeit selbstständig und alleine durchgeführt habe.

Unterschrift:

Quellenangabe:

Handbuch der Klosterheilkunde, von Dr. Johannes Gottfried Mayer,  
Dr.med.Bernhard Uehleke und Pater Kilian Saum, Zabert Sandmann Verlag  
[www.wildkraeuterfee.de](http://www.wildkraeuterfee.de)  
[www.naturheilmagazin.de](http://www.naturheilmagazin.de)  
Großerlach Kräuterinfo Januar 2006

### **(Footnotes)**

<sup>1</sup> Cranio Sakral Therapie: (lat. cranium: knöchener Schädel,sarum: Kreuzbein) durch vorsichtige Bewegungen werden Einschränkungen des Körpers gelöst und Eigenbewegung der Organe gefördert. Außerdem wird die Selbstheilung des Körpers unterstützt.

<sup>2</sup> Headsche Zonen: (nach Henry Head benannt) kranke Organe rufen Schmerzen/Veränderungen bestimmter Hautregionen hervor (Headsche Zonen) Werden diese Zonen behandelt, kann durch verbindende Nervenbahnen auf die Organe eingewirkt werden.

<sup>3</sup> Salicin wird in der Leber zu Salicylsäure umgewandelt und wirkt schmerzlindernd, entzündungshemmend und fiebersenkend