

## ***Stufen- und Therapieplan***

### **I. Stammphase (Stufe 1 und Stufe 2) Dauer: 22 – 25 Wochen**

#### **STUFE 1 (Basistherapie)**

Regeln: **Stufe 1a**

Kein Ausgang allein möglich, kein Bargeld, keine Außenkontakte.

Richtzeit: 4 Wochen

**Stufe1b**

Dorfausgang allein möglich: Montag bis Freitag in der Mittagspause und zwischen Arbeitsschluss und Abendbrot, Samstag bis 13.00 Uhr, Sonntag bis 16.30 Uhr. Kein Bargeld. Erste Außenkontakte nach Absprache (z.B. zu Familienangehörigen)

Richtzeit: 4 Wochen

**Stufe 1c**

Erweiterter Dorfausgang allein möglich: Montag bis Freitag in der Mittagspause und zwischen Arbeitsschluss und Abendbrot, Samstag bis 13.00 Uhr, Sonntag bis 16.30 Uhr. Bargeld nach Absprache mit Quittung. Außenkontakte nach Absprache.

Richtzeit: 4 bis 8 Wochen

Dauer : Richtzeit: 12 bis 16 Wochen (bis 4 Monate)

Thema: "**Sich neu orientieren und die Teilhabe verbessern**"

Ziele:

- Integration in die Gemeinschaft
- Sich selbst erkennen und annehmen lernen: die eigene Problematik, eigene Grenzen. Stärken und Schwächen; Neigungen und Gefährdungen; Individualität und Originalität
- Die Krankheitseinsicht vertiefen
- Den Abstinenzwunsch festigen und die Hoffnung auf ein drogenfreies Leben (Sinnfindung)
- Eine neue Identität gewinnen
- Echtheit und Übereinstimmung mit sich selbst (Kongruenz)
- Stärkung des Selbstwertgefühles
- Suchtverhalten abbauen (Willenstraining)
- Erlernen eines gesünderen Lebensstils: Schlaf, Ernährung, Bewegung, Hygiene
- Den Realitätsbezug verbessern. Umgang mit Stress, mit Zeitdruck. Verantwortlich handeln.
- Arbeitstraining: die Grundarbeitsfähigkeiten überprüfen und entwickeln. Leistungsfähigkeit aufbauen. Belastbarkeit erproben. Neigungen und Begabungen entdecken
- Andere Menschen als eigene Persönlichkeit wahrnehmen und achten Beziehungsfähig werden: Verbesserung der Kommunikation. Umgang mit Nähe und Distanz. Entwicklung von Empathie und Antizipationsfähigkeit
- Gefühle differenziert wahrnehmen und damit umgehen lernen
- Konfliktfähigkeit entwickeln
- Umgang mit Spannungen und Überwinden von Enttäuschungen (Frustrationstoleranz erweitern)
- Zwischen positiven und negativen Einflüssen unterscheiden können, sich abgrenzen und schützen lernen
- Entscheidungsfähigkeit verbessern, die Folgen von Entscheidungen einschätzen lernen
- Positive Mitgestaltung des Gruppenlebens (entdecken und entfalten von Fähigkeiten und Begabungen)

## **STUFE 2 (Vertiefungsmodul)**

Regeln: Stadtausgang allein möglich: Montag - Freitag bis 21.00 Uhr, Samstag bis 18.00 Uhr,

Sonntag bis 21.00 Uhr, wöchentliches Bargeld mit oder ohne Quittung.

Dauer: Richtzeit: 8 bis 9 Wochen ( 2 Monate )

Thema: **"Sich stabilisieren und innere Heilung erlangen"**

Ziele:

- Festigung des bisher Erreichten
- Konsequente Weiterführung der therapeutischen Arbeit an sich selbst
- Arbeitstraining: Steigerung der Leistungsanforderungen, Stärkere Verantwortungsübernahme, Berufliche Förderung, Berufsfindungsseminar Power Check
- Die Vergangenheit aufarbeiten, Heilung von seelischen Verletzungen
- Verstärkte Einbeziehung früherer Bezugspersonen in den therapeutischen Prozess: Klärung der Beziehungen zu Eltern, Familienangehörigen, Lebenspartnern; Versöhnung anstreben
- verstärkte Außenorientierung und Vorbereitung zur Integration (Realitätstraining, Tagesfahrt/Heimfahrt)

## **II. Adaptionsphase (Stufe 3)**

**Dauer: 12 – 15 Wochen**

## **STUFE 3 (Erprobungsmodul)**

Regeln: Ausgang allein möglich: Montag - Sonntag bis 22.30 Uhr, monatliches Bargeld und Verpflegungsgeld (darüber hinaus Bargeld nach Vereinbarung), Separater Wohnbereich, Wochenterminplan, Heimfahrten

Thema: **"Sich erproben und reintegrieren"**

Ziele:

- Festigung des bisher Erreichten
- Fortführung noch nicht abgeschlossener Therapieprozesse (z.B. Familiengespräche)
- Einüben in eigenverantwortliche Lebensgestaltung: Selbstversorgung, Haushaltsführung, selbständigere Freizeitgestaltung
- Erprobung durch externes Arbeitspraktikum und Heimfahrten
- Überprüfung der eigenen Therapiefortschritte bei stärkerer Außenorientierung
- Realitätsbezogenes Denken und Handeln vertiefen
- Erarbeitung einer neuen Lebensperspektive nach realer Selbsteinschätzung
- Berufs- und Arbeitsfindung. Berufsfindungsseminar Power Check
- Berufliche und soziale Wiedereingliederung einleiten
- Nachsorge vorbereiten

### **Abschließendes:**

Die Therapie im Neuen Land ist **modular** aufgebaut und berücksichtigt die Reha-Ziele der Therapieteilnehmer. Die Stufe 1 ist die sog. Basistherapie (Dauer: 3 bis 4 Monate). Mit den Ergänzungsmodulen (Stufe 2 und Stufe 3) kann die Therapie fortgeführt oder auch bereits nach Ablauf der Stufe 1 regulär beendet werden.

Eine Umstufung oder Entlassung ist nach erfolgtem Gruppenfeedback zu beantragen. Für jede Stufe ist ein auf den Therapieteilnehmer abgestimmter **individueller Behandlungsplan** erforderlich, der der Entwicklung gemäß anzupassen ist. Bei Rückfall während der Therapie wird individuell reagiert. Es kann eine Rückstufung oder auch das Ende der Therapie bedeuten. Nach Abschluss der stationären Therapie bestehen Möglichkeiten zur **ambulanten Nachsorge**, auch im Rahmen von betreutem Wohnen.

**Behandlungsdauer: bis zu 40 Wochen (9 Monate)**