

# Therapiekonzept

Dieser Artikel ist sehr umfangreich. Wenn Sie nicht alles lesen, sondern gezielte Informationen möchten, können Sie hier die verschiedenen Phasen des therapeutischen Konzeptes auch einzeln ansteuern:

- [1. Abklärungsphase](#)
- [2. Aufarbeitungsphase](#)
  - [I\) Psychotherapie](#)
  - [II\) Arbeitstherapie](#)
  - [III\) Sozialtherapie](#)
- [3. Bewältigungsphase](#)
- [4. Ablösungsphase](#)
- [5. Ambulante Weiterbehandlung](#)

## Therapiekonzept

Auf der Grundlage des bio-psycho-sozialen Modells verbindet unser therapeutischer Ansatz Sozialtherapie, Psychotherapie, Körpertherapie und Arbeitstherapie miteinander.

Um den Reifungs- und Entwicklungsprozess der Gäste zu fördern wird der Behandlungsprozess in die folgenden fünf Phasen aufgeteilt:

### 1. Abklärungsphase

Hat sich der zukünftige Gast schriftlich bei uns beworben, erhält er einen Termin für ein **Vorstellungsgespräch**, das ggf. mit Angehörigen oder Betreuern in unserem Haus stattfindet. Es bietet dem Bewerber die Möglichkeit die Einrichtung kennen zu lernen.

Bei ausreichender Motivation wird ein einwöchiges **Probewohnen** vereinbart, damit der zukünftige Gast die therapeutische Gemeinschaft kennen lernen kann. Am Ende der Probewoche findet ein Gespräch des Bewerbers mit den Mitarbeitern und Mitgästen über die mögliche Aufnahme statt. Kriterien für dieselbe sind ausreichende Motivation, Freiwilligkeit und die Bereitschaft das Therapieprogramm zu akzeptieren.

Sobald ein Platz frei ist und die Kostengenehmigung vorliegt, wird dem Bewerber der **Aufnahmetermine** mitgeteilt. Bei einer längeren Wartezeit erfolgt von Seiten des Gastes alle vier Wochen ein kurzer aktueller Bericht, um den Kontakt aufrecht zu erhalten.

Die ersten vier Wochen in der therapeutischen Gemeinschaft gelten als **Probezeit**. In diese Zeit fällt die diagnostische und prognostische Abklärung durch die Therapeuten. Danach wird zusammen mit dem Gast ein **individueller Behandlungsplan** mit konkreten Zielvorgaben erstellt.

Mindestvoraussetzungen für die nächste Stufe sind:

Teilnahme am Therapieprogramm, Einhaltung der Hausregeln, Pünktlichkeit, Körperpflege sowie Pflege des Wohnbereiches.

Die Therapievereinbarung gilt zunächst in der Regel für die Dauer von sechs Monaten. Danach kann vom Gast jeweils eine Verlängerung beantragt werden.

[nach oben...](#)

## 2. Aufarbeitungsphase

Ziel dieser Phase ist die Entwicklung und Förderung folgender Fähigkeiten:

- Abbau von Selbstzerstörungstendenzen, Entwertungen, Ängsten, Zwängen und destruktiven Verhaltensmustern jeglicher Art
- Vertiefte Krankheitseinsicht (Erkennen der Bedeutung der Symptomatik innerhalb der persönlichen Lebensgeschichte) und Einüben positiver Handlungsstrategien zum konstruktiven Umgang mit der Erkrankung
- Arbeitsfähigkeit
- Wertschätzung seiner selbst und anderer Menschen
- Einüben einer geregelten Tagesstruktur
- Freizeitgestaltung, Teilnahme am gesellschaftlichen Leben
- Aufnahme und Gestaltung sozialer Beziehungen
- Neue Sinn- und Wertfindung, gesunde Gewissensbildung

Im alltäglichen Zusammenleben kommt dem Erlernen von sozialen und lebenspraktischen Fähigkeiten eine wichtige Bedeutung zu. Dazu gehört das Einüben eines gesunden Lebensstils, der sich beginnend bei Körperpflege und Hygiene ebenso im Verzicht auf jegliche Suchtmittel einschließlich Nikotin wie auch im verlässlichen Umgang mit den Rechten und Pflichten innerhalb der therapeutischen Gemeinschaft äußert.

Die Umsetzung der Ziele dieser Phase stützt sich im Alltag auf die drei folgenden Säulen:

### I) Psychotherapie

Der geschützte Rahmen der therapeutischen Gemeinschaft stellt den Nährboden für die Nachreifung grundlegender Ich-Fähigkeiten dar, die in den psychotherapeutischen Angeboten der Gemeinschaft (wieder) erlernt werden können:

- Wahrnehmung, Unterscheidung und Regulierung eigener Gefühle und Impulse
- Wahrnehmung des anderen und Kommunikation
- Bindung und Beziehung
- Identität und Autonomie
- Regulierung des Selbstwertes

In der zweimal wöchentlich stattfindenden **Gruppentherapie** kommt das Potential der therapeutischen Gemeinschaft zum Tragen. Die aktuellen Verhaltensmuster werden gespiegelt, reflektiert und mit der persönlichen Lebensgeschichte in Verbindung gebracht. Anhand verschiedenster gruppentherapeutischer Methoden wird die Dynamik der Prozesse verdeutlicht, Therapieverträge und Zielsetzungen für den Heilungsprozess des Einzelnen werden in der Gruppe abgesprochen.

Zusätzlich erhält jeder Gast einmal wöchentlich **Einzeltherapie** bei einem Therapeuten, mit dem er ganz persönliche Dinge in einem besonders geschützten Rahmen bearbeiten kann. Die Einzeltherapie ist als Ergänzung zur Gruppentherapie konzipiert. Nach der diagnostischen Abklärung innerhalb der Probezeit wird entschieden, in welcher Form sie bei jedem Gast angezeigt ist.

Die **Mal- und Gestaltungstherapie** als nonverbale Methode bietet einmal wöchentlich die Möglichkeit einen anderen Zugang zu Problemen zu entdecken. Die innere Situation des Gastes kann so auf eine andere Art zum Ausdruck gebracht und in der Einzel- und Gruppentherapie weiter bearbeitet werden.

Die **morgendliche Gymnastik** und der wöchentliche **Sport** schließlich fördern einen gesunden Bezug zum Körper und seiner Leistungsfähigkeit.

[nach oben...](#)

## II.) Arbeitstherapie

Sie ist eine tragende Säule im strukturierten Tagesablauf. Drei Arbeitstherapeuten leiten die Gäste bei ihren Tätigkeiten in den verschiedenen Werkräumen an. Hier begegnet sich der Gast mit seiner Einstellung zur Arbeit und zum Beruf, lernt sich real einzuschätzen bezüglich seiner Fähigkeiten und Grenzen. In der täglichen Arbeitszeit von durchschnittlich sechs Stunden werden Ausdauer und Durchhaltevermögen trainiert, ebenso Verantwortlichkeit, Pünktlichkeit, Kritik und Selbstkritik, der Umgang mit Erfolg und Misserfolg erlernt.

Die Arbeitstherapie umfasst folgende Bereiche:

- **Holzwerkstatt**
- **Näh- und Batikbereich**
- **Buchbindearbeiten**
- **Garten**
- **Gebäudeinstandhaltung**
- **Hauswirtschaft**

Jeder Gast absolviert am Ende seiner Therapie ein dreimonatiges **Küchenpraktikum** als Grundlage für sein späteres selbständiges Wohnen.

Die Erzeugnisse der Arbeitstherapie werden in unserem Hofladen und auf verschiedenen Märkten während des Jahres verkauft. Mit dem Erlös wird der jährliche Urlaub der Gruppe finanziert.

## III.) Sozialtherapie

Neben der (Wieder-)Erlangung der psychischen Gesundheit und Arbeitsfähigkeit des Gastes spielt das Erlernen von **Beziehungsfähigkeit** eine wichtige Rolle für den Einzelnen und das Zusammenleben innerhalb der Gemeinschaft. **Heilung durch Beziehung** kann als Kurzformel der therapeutischen Gemeinschaft betrachtet werden.

Die bewusst frei gehaltenen Abende und Wochenenden bieten jedem Gast ausreichend Gelegenheit, sich in seiner Beziehungsfähigkeit sowie der Fähigkeit mit sich allein zu sein einzuüben. Die herrliche Umgebung lädt zu vielfältigen **Freizeitaktivitäten** wie Radfahren, Schwimmen, Wandern, Joggen und Wintersport ein. Lindau bietet zudem ein umfangreiches kulturelles Programm ([www.lindau.de](http://www.lindau.de)).

Miteinander **Feste** zu feiern und zu gestalten fördert ebenso den Beziehungsaspekt wie der gemeinsame zweiwöchige **Urlaub**, der jedes Jahr zusammen mit allen Mitarbeitern und auch ehemaligen Gästen einen Höhepunkt des gemeinsamen Lebens darstellt.

Während der wöchentlichen **Lebensorientierung** werden geistliche und ethische Fragen im Gruppengespräch erörtert. Auf der Grundlage des biblischen Menschenbildes dient sie als Hilfe zur (Neu-)Findung von Sinn und Wert des eigenen Lebens. Toleranz gegenüber Andersdenkenden verschiedener Glaubenseinstellungen wird hierbei gefördert, da keiner bestimmten Konfession der Vorzug gegeben wird.

[nach oben...](#)

### 3. Bewältigungsphase

In dieser Phase geht es darum, dass der Gast die in der geschützten Wohngemeinschaft (**wieder-erworbenen Fähigkeiten**) verstärkt und neue Kontakte außerhalb des Hauses aufnimmt. Das kann z.B. durch Kontakte zu den Ortsgemeinden und Vereinen geschehen oder in Form von **Schnupperpraktika** in den umliegenden Betrieben der beruflichen Orientierung dienen. Der Gast bewältigt in dieser Phase die anstehenden Lebensanforderungen mehr und mehr selbständig, wird aber weiterhin therapeutisch begleitet.

Gegen Ende seiner Therapie wird er sich um einen **Arbeitsplatz** außerhalb des Hauses bemühen bzw. um eine berufliche Ausbildung oder Umschulung. Von Seiten der Mitarbeiter erfährt der Gast Unterstützung im Kontakt mit den Arbeitsstellen, Ausbildungsplätzen sowie den beteiligten Behörden.

### 4. Ablösungsphase

Ist der Gast psychisch stabil und auch seine Zukunft, d.h. Wohnen und Arbeitsplatz, geplant und gesichert, beginnt die Zeit des **Abschiednehmens** und der Ablösung aus dem geschützten Rahmen der Einrichtung. Mit dem Ritual eines Abschiedsfestes wird der Gast in sein selbständiges Leben entlassen.

Bei entsprechender Indikation kann die letzte Phase des stationären Aufenthaltes als Adaptionsphase gestaltet werden: Der Gast wohnt dabei in einer von uns betreuten Wohngemeinschaft außerhalb der "Stammeinrichtung" und kommt täglich zum gesamten Therapieprogramm ins Haus. Dadurch kann der Übergang vom stationären in den ambulanten Rahmen schrittweise gestaltet und mehr Selbständigkeit und Eigenverantwortung eingeübt werden.

### 5. Ambulante Weiterbehandlung

Für ehemalige Gäste gibt es verschiedene Möglichkeiten der ambulanten Weiterbehandlung und Betreuung, die sich wie folgt gestalten:

- Teilnahme an einer 14-tägig stattfindenden Gruppentherapie zur weiteren Stabilisierung und um den Alltagsanforderungen standzuhalten
- Fortsetzung der Einzeltherapie in Form von Gesprächen beim behandelnden Therapeuten
- Aufnahme zu einer stabilisierenden Kurzbehandlung im Haus in Krisensituationen (sofern kein psychiatrischer Krankenhausaufenthalt notwendig ist)
- Bildung von Außenwohngruppen mit anderen Ehemaligen, für die ein Betreuungsangebot besteht
- Teilnahme an Festen, Seminaren und Veranstaltungen im Haus Weizenkorn
- Wahrnehmung des gemeinsamen alljährlichen Urlaubsangebotes mit allen Gästen und Mitarbeitern des Hauses

[nach oben...](#)