



# Sozialtherapeutische Hilfen

## Helle Platte

- ▶ Das Konzept
- ▶ Die Mitarbeiter
- ▶ Das Programm

### 1. Inhaltsverzeichnis

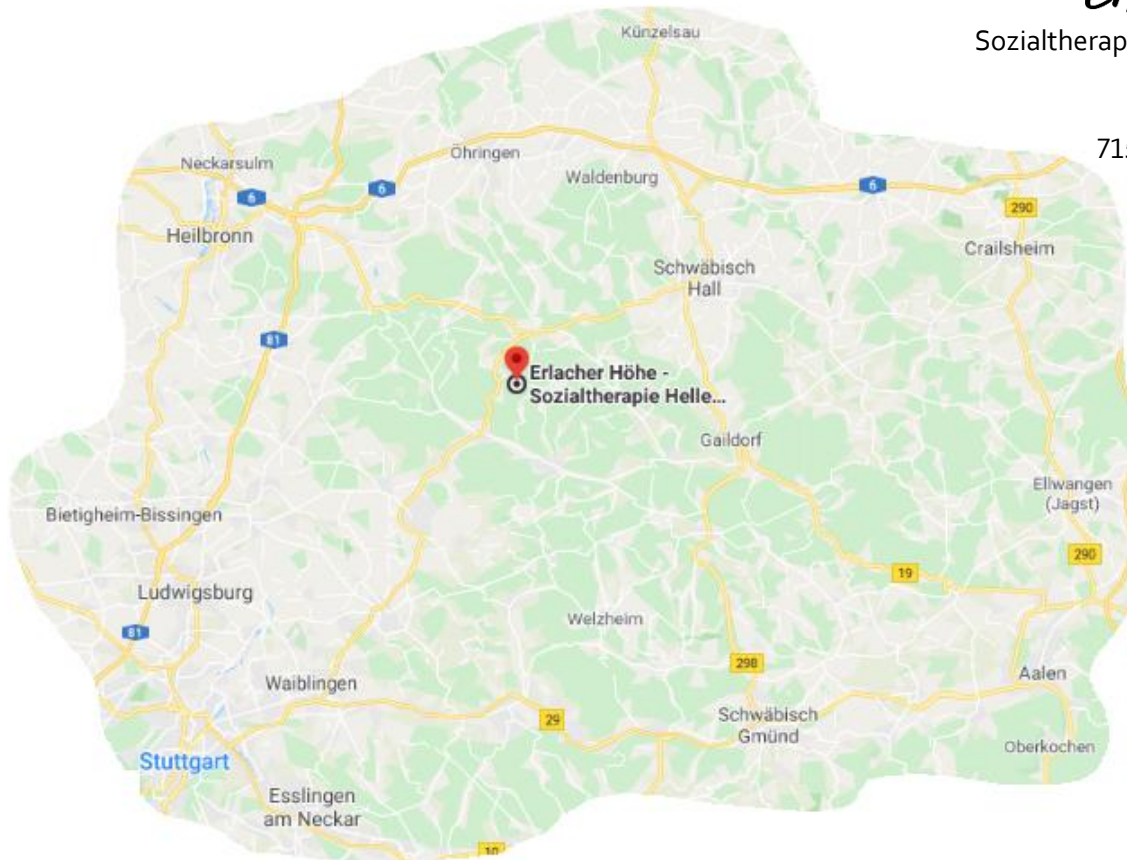
1.	Inhaltsverzeichnis.....	2
2.	Anfahrt.....	3
	Ihr Weg zu uns .....	3
3.	Das Konzept.....	4
	Örtliche Gegebenheiten/Räumlichkeiten .....	4
	Zielgruppen .....	4
	Die indikative Sozialtherapie .....	5
	Ziele der Hilfe .....	6
	Unser Hilfeangebot im Überblick .....	6
	Arbeitshilfen .....	6
	Wohnraumtraining.....	6
	Kreatives Gestalten.....	7
	Hilfe zur Gestaltung der Freizeit.....	7
	Selbsthilfegruppen.....	7
	Nachsorge.....	7
	Aufnahmevoraussetzung .....	7
	Wohnungslose Frauen .....	7
4.	Die Mitarbeiter.....	9
	Das Aufnahmeteam:.....	9
	Das Sozialdienstteam .....	9
	Das Hauswirtschaftsteam .....	9
5.	Der Stundenplan .....	10
	Grundstundenplan .....	10
	Wochenplan allgemein .....	11
6.	Das Programm.....	12
	Wohnraumtraining .....	12
	Beschäftigung.....	14
	Bezugsgruppe.....	15
	Entspannungsgruppe.....	16
	Achtsamkeit .....	17
	Haus- und Gartengruppe.....	18
	Infogruppe .....	19
	Kochgruppe .....	20
	Kreatives Gestalten.....	21
	Psychomotorik.....	22
	Rückfallgruppe.....	23
	Selbstsicherheit und Kontakt.....	24
	Das Strukturierte Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention (S.T.A.R.) .....	25
	Zielegruppe .....	26
	Zukunft TWG .....	27
	Hausabend.....	28
7.	Literaturverzeichnis .....	29

## 2. Anfahrt



*Erlacher Höhe*

Sozialtherapeutische Hilfen  
Helle Platte  
Erlach 23  
71577 Großerlach



## Ihr Weg zu uns

### Mit dem Auto

Aus der Richtung Stuttgart kommend:

B14 über Backnang Richtung Sulzbach an der Murr. Dann rechts auf K1903 abbiegen Richtung Erlach. Vorbei an Zentrale und Pflegeheim folgt nach weiteren 500 m auf der linken Seite die Einfahrt (neben Bushaltestelle) zur Hellen Platte.

Aus der Richtung Schwäbisch Hall kommend:

B14 über Mainhardt nach Großerlach nehmen. Hinter Großerlach die Abzweigung links auf die K1903 Richtung nach Erlach abbiegen. Vorbei an Zentrale und Pflegeheim folgt nach weiteren 500 m auf der linken Seite die Einfahrt (neben Bushaltestelle) zur Hellen Platte.

### Mit dem ÖPNV

Mit der Bahn bis zum Bahnhof **Sulzbach (Murr)**. Nach vorheriger Rücksprache und Terminierung kann von dort eine Abholung erfolgen.

Mit dem Bus 372 aus Großerlach/Sulzbach kommend.

### 3. Das Konzept

#### Örtliche Gegebenheiten/Räumlichkeiten

Die Sozialtherapie Helle Platte befindet sich in Erlach, einem Teilort der Gemeinde 71577 Großlerach und liegt im Rems-Murr-Kreis, 500 m entfernt von der Stammeinrichtung ERLACHER HÖHE. Sie ist als Dorfgemeinschaft für hilfebedürftige Menschen in Lebenslagen gem. §§ 67 ff SGB XII angelegt und besteht aus acht identischen Wohnhäusern, einem separaten Wohnhaus für Frauen und einem Zentralgebäude mit Gruppenräumen und Büros.

In sieben Häusern leben bis zu vierzig KlientInnen, in drei weiteren Häusern stehen Gruppen- und Gemeinschaftsräume sowie Wohnungen für Mitarbeitende zur Verfügung.

Die Häuser wurden über einen Zeitraum von 2014 bis 2020 laufend modernisiert. Jedes Haus hat neben den Zimmern für KlientInnen, einen Gemeinschaftsraum mit Wohnküche. Zusätzlich haben vier Häuser einen Hobbyraum. Es werden drei barrierefreie Plätze angeboten, selbstverständlich sind alle Häuser barrierefrei zu erreichen.

Zur Hellen Platte gehört ein biologisch-dynamisch bewirtschafteter Demeter – Bauernhof. Dieser bietet den KlientInnen Beschäftigungsmöglichkeiten zur Tagesstrukturierung.

#### Zielgruppen

Die sozialtherapeutische Einrichtung Helle Platte ist eine stationäre Einrichtung mit einem speziellen Eingliederungskonzept für suchtkranke wohnungslose Menschen. Sie bietet ein ganzheitliches, lerntheoretisch ausgerichtetes Programm für Männer und Frauen an. Rechtsgrundlage der Hilfe stellt der § 67 SGB XII dar. Die Leistungen sind im Einzelnen nach dem Landesrahmenvertrag von 1998 in Leistungstyp III 1.4 beschrieben.

Ein stationärer Hilfebedarf definiert sich nach der Kommunalen Konzeption (vgl. Fortschreibung der kommunalen Konzeption. Stuttgart 1996) für Personen, bei denen unter anderem folgende Merkmale vorliegen:

- Sie sind mit der Selbstversorgung überfordert
- Sie selbst oder ihre Umgebung werden durch ihr mangelndes Hygiene- und Gesundheitsbewusstsein erheblich gefährdet
- Viele haben die Fähigkeit, soziale Kontakte zu knüpfen, weitgehend verloren
- Sie stehen alltäglichen Konflikten hilflos gegenüber und gehen diesen durch Verlassen des Aufenthaltsortes aus dem Wege. (vgl. Fortschreibung Kommunale Konzeption 1996, vgl. Lutz/Simon 2012)

Neben einer chronischen Suchtproblematik zeichnen sich die Personen bei der Sozialtherapie Helle Platte unter anderem durch erhebliche Probleme in den Bereichen Selbstversorgung und wohnen sowie Probleme in der Interaktion mit der sozialen Umwelt aus (vgl. Malyssek/Störch 2009). Häufig ist vor Aufnahme von Lebenslagen auszugehen, die weitgehend durch Armut und soziale Isolierung geprägt sind und von den Betroffenen als das negative Erleben unzureichender Sozialkontakte erfahren werden (vgl. Lauth/Vieban 1987: 11; Andreß 1999) In den allermeisten Fällen bestand über lange Zeit kein Normalarbeitsverhältnis, woraus sich neben den psychosozialen Folgen langandauernder Arbeitslosigkeit wiederum ein Mangel an als positiv erlebten Sozialkontakten erklärt (vgl. Günthner/Sartorius/ Simon 2013: 60 ff). Der Hilfebedarf, der sich daraus ergibt, beschreibt sich unter anderem durch folgende Schwerpunkte:

- Stabilisierung der Suchtproblematik unter abstinenter Rahmenbedingungen
- Befähigung zur Ausführung einer regelmäßigen tagesstrukturierenden Beschäftigung
- Trainings zur Sicherstellung der Selbstversorgung unter Beachtung von Hygiene- und Gesundheitsgesichtspunkten sowie
- soziale Trainings zur Schaffung der Fähigkeit, soziale Kontakte zu knüpfen, zu pflegen und aufrecht zu erhalten.

Ziel der Hilfe ist die Überwindung der Problematiken und zur Befähigung der Betroffenen, in normalen Wohn- und Lebensverhältnissen, d. h. in eigener Wohnung und eigener Arbeit zu Recht zu kommen sowie der Befähigung zur Pflege von sozialen und nachbarschaftlichen Kontakten. In der Summe führt dies zu einem besseren Kohärenzgefühl. Dies wirkt hinsichtlich einer Stärkung der generellen Widerstandsressourcen und der Einstellung, die ein Mensch zur Welt und zum Leben hat, eindeutig positiv. (vgl. Günthner/Sartorius/Simon 2013: 83 ff). Darüber hinaus trägt es zu verbesserter Resilienz gegen alltägliche Unzulänglichkeiten und Frustrationen bei, was bei suchtkranken Menschen bezüglich Stabilisierung und Rückfallverhinderung günstig wirken und ganz erheblich zur Überwindung sozialer Schwierigkeiten in Verbindung mit besonderen Lebensverhältnissen beitragen kann.

### Die indikative Sozialtherapie

Grundlage der Therapie auf der Hellen Platte stellt ein intensives, verhaltenstherapeutisch orientiertes Programm dar, das sich auf die Problemlagen der KlientInnen abstimmen lässt und das Ziel verfolgt, die sozialen Problematiken und die Suchtmittelabhängigkeit zu beheben.

Aufbauend auf dem Grundprogramm, wozu z. B. die regelmäßige Teilnahme an Bezugsgruppen gehört, bietet das indikative Programm die Möglichkeit, bestimmte Themenbereiche schwerpunktmäßig zu vertiefen. Damit wird eine individuelle Therapieplanung, orientiert an den Fähigkeiten und Defiziten der KlientInnen möglich.

Zu Beginn der Betreuung wird mit den KlientInnen ein individueller Hilfeplan erstellt. Im Hilfeplan werden die Hilfeziele der KlientInnen beschrieben. Der Hilfeplan wird während des Aufenthaltes fortgeschrieben und ergänzt. Daraus leiten sich die zu besuchenden Therapieeinheiten und die Dauer des Aufenthaltes ab.

Neben tagesstrukturierender Beschäftigung, Freizeitmaßnahmen und Wohnraumtraining sowie regelmäßigen Bezugsgruppen werden eine Reihe von indikativen Gruppen angeboten. Derzeit laufen folgende Gruppen: **Zielegruppe, Psychomotorik, Kochgruppe und Wohnraumtraining, Kreatives Gestalten, Rückfallgruppe, Selbstsicherheitsgruppe, Achtsamkeit, Entspannung, Haus- und Gartengruppe**, die auf die angegliederten Nachsorgeeinrichtungen vorbereitende Gruppe „**Zukunft TWG**“ sowie das Rückfallpräventionstraining **STAR** (Vgl. Kühner, Karl Ernst/König, Dieter: STAR – „Strukturiertes Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention“).

Darüber hinaus haben KlientInnen die Möglichkeit, in regelmäßigen Einzelgesprächen alle belastenden Probleme anzusprechen. Mit Hilfe des Sozialdienstes werden Lösungsschritte erarbeitet, gleichgültig ob es sich um persönliche Schwierigkeiten, Schulden, Bewährungsaufgaben, Umgang mit verschiedenen Institutionen oder anderes handelt.

In der letzten Therapiephase nimmt die individuelle Zukunftsplanung eine zentrale Stelle ein. Durch die intensive Zusammenarbeit mit den angegliederten Nachsorgeeinrichtungen (Wohngemeinschaften) wird den KlientInnen eine Perspektive für eine schrittweise Wiedereingliederung eröffnet.

### Ziele der Hilfe

Generelles Ziel unseres Angebots ist die Hilfe zur Überwindung sozialer Schwierigkeiten und besonderer Lebensverhältnisse (§§ 67 ff SGB XII i. V. DVO)

Folgende Einzelziele sind dabei in der Hilfeerbringung u. a. relevant:

- Niederschwelliger Zugang und sofortige Hilfe (i. d. R. ohne Wartezeit)
- Hinführung zu Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit
- Abbau von Kontakt- und Beziehungsschwierigkeiten, Förderung sozialer Interaktionsfähigkeit
- Erfolgreicher Umgang mit Belastungen des täglichen Lebens durch Stärkung genereller Widerstandsressourcen
- Verbesserung des Kohärenzgefühls und Stärkung der Resilienz
- Befähigung zum Führen eines eigenen Haushalts und zum Leben in einem eigenen Wohnraum
- Verbesserung der Arbeitsfähigkeit mit dem Ziel, eine versicherungspflichtige Arbeit zu bekommen
- Hinführung zu befriedigender Freizeitgestaltung bzw. dem Abbau von Kontakt- und Beziehungsschwierigkeiten
- Sinnvoll erlebte Tagesstruktur
- Befähigung zu wachsender Selbstverantwortung
- Schrittweise Ausgliederung aus den Einrichtungen, Erlangung geeigneten Individualwohnraums und Integration in die Gesellschaft
- Ggf. Erschließung von vorrangigen und von weniger intensiven Hilfeformen.

### Unser Hilfeangebot im Überblick

#### Arbeitshilfen

Im Rahmen der Erlacher Arbeitshilfen wird eine Arbeitsförderung durchgeführt. Diese findet in der Land- und Forstwirtschaft, einem Bautrupps und im technischen Bereich statt. Darüber hinaus gibt es Einsatzmöglichkeiten im Bereich der Hauswirtschaft.

Ziel der Beschäftigung ist es, die TeilnehmerInnen wieder an einen geregelten Arbeitsrhythmus zu gewöhnen, die eigene Leistungsfähigkeit realistisch einschätzen zu lernen und auftretende Konflikte mit Vorgesetzten und KollegInnen in angemessener Form zu lösen. Im Verlauf der Förderung wird zunehmend mehr Wert auf selbständiges Arbeiten gelegt. Die KlientInnen können zunehmend Verantwortung für Werkzeug, Maschinen und Arbeitssicherheit übernehmen. Im Idealfall gelingt im Anschluss die Erlangung eines sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnisses.

#### Wohnraumtraining

Eine Besonderheit der Hellen Platte ist das Wohnraumtraining, welches der Problematik des Personenkreises angemessene soziale Trainings sowie konzeptionelle Rahmenbedingungen beinhaltet, welche ein positives Gemeinschaftserleben fördert. Es wurde aus der Erfahrung heraus eingeführt, dass ein Großteil der KlientInnen Schwierigkeiten hat, sich selbst zu versorgen und deren bisheriges Leben durch Randgruppenzugehörigkeit, Rückzug und Einzelgängertum geprägt war. Unter Anleitung von qualifizierten HauswirtschafterInnen werden die Fertigkeiten trainiert, die zum Führen eines eigenen Haushaltes und zum Zurechtkommen in der Gemeinschaft notwendig sind.

Das Konzept Wohnraumtraining besteht aus einem geteilten Versorgungskonzept: Die Förderung der Gemeinschaftsfähigkeit durch das gemeinsame Einnehmen der Mahlzeiten unter der Woche im Speisesaal mit der Möglichkeit der Interaktion mit allen Mitklienten der Hellen Platte sowie ein individuelles Förderkonzept in der Kleingruppe im Wohnbereich:

- Eine gemeinschaftsbildende Maßnahme zur Förderung der Begegnung und der Gemeinschaftsfähigkeit stellt die Teilnahme am gemeinsamen Frühstückbuffet und am gemeinsamen Mittagstisch in der Gemeinschaft mit den Mitklienten im Speisesaal dar.
- Die individuelle Förderung geschieht in den Wohngruppen durch Planung der Wochenendverpflegung, Abstimmung der Verpflegung mit den Mitbewohnern, Erstellung des Speiseplanes, Planung und Durchführung des Einkaufs sowie Zubereitung der Mahlzeiten am Wochenende unter Begleitung und erforderlichenfalls Anleitung durch hauswirtschaftliche Fachkräfte. Die Betroffenen sollen unter Beachtung von Kriterien wie sparsames Wirtschaften und gleichzeitig gesundheitsbewusste Ernährung lernen, sich selbst zu versorgen.

### **Kreatives Gestalten**

Im kreativen Gestalten soll der Zugang zu den individuellen kreativen und künstlerischen Fähigkeiten geschaffen werden. Im Umgang mit verschiedenen Materialien lernen die KlientInnen Neues auszuprobieren und Freude am eigenen Tun zu entwickeln.

### **Hilfe zur Gestaltung der Freizeit**

Durch oft jahrelange Randgruppenzugehörigkeit und Sucht sind Gesundheit, Körpergefühl und soziale Interessen der KlientInnen eingeengt. Aus diesem Grund werden verschiedene Freizeitmaßnahmen angeboten bzw. gefördert, z. B. Sport, Kegeln, Tischtennis, Billard, Schwimmen, Basteln, Theater, Kino, Wandern u. v. m. Dadurch soll angeregt werden, wieder selbst aktiv zu werden und subjektiv Freizeit als sinnvoll zu erleben.

### **Selbsthilfegruppen**

Während des Aufenthalts auf der Hellen Platte nehmen die KlientInnen regelmäßig an einer Selbsthilfegruppe teil. Eine Gruppe der Anonymen Alkoholiker und eine Gruppe vom Blauen Kreuz kommen regelmäßig in die Einrichtung.

Zusätzlich wird die Teilnahme an einer örtlichen Selbsthilfegruppe von der Einrichtung unterstützt.

### **Nachsorge**

Da der größte Teil der KlientInnen keine Bezugspersonen haben oder eine Rückkehr in das alte Umfeld nicht sinnvoll ist, besteht die Möglichkeit eines Wechsels in eine der angeschlossenen therapeutischen Wohngemeinschaften nach Abschluss der stationären Sozialtherapie. Der Übergang wird bereits auf der Hellen Platte intensiv vorbereitet. (Mehr Informationen dazu in den Konzeptionen dieser Teileinrichtungen.)

## **Aufnahmevoraussetzung**

Voraussetzung für eine Aufnahme ist, dass eine Kostenzusage des zuständigen Kostenträgers nach § 67 SGB XII vorliegt oder erreicht werden kann.

## **Wohnungslose Frauen**

Im Frühjahr 2009 stellte die Liga der freien Wohlfahrtspflege die Broschüre „Hilfen für wohnungslose Frauen in Baden-Württemberg – Grundsätze, Anforderungen, Standards“ zur Verfügung, ein Jahr später die Empfehlungen "Wohnungslose Frauen – Bedarfe und Leistungen". Sie wurde in der landesweiten Arbeitsgemeinschaft zur Weiterentwicklung der Wohnungslosenhilfe in Baden - Württemberg vorgestellt und mit den Kommunalverbänden und dem Sozialministerium diskutiert.

Diese Überlegungen sind in die Konzeption der Sozialtherapie Helle Platte eingeflossen.

Die besonderen sozialen Schwierigkeiten sind bei dieser Zielgruppe verschärft, insbesondere durch traumatische Missbrauchs-/Gewalterfahrungen, Sucht und psychische Probleme und meist eine schlechte gesundheitliche Verfassung. Dazu kommt eine fehlende oder unzureichende Schulbildung bzw. berufliche Qualifikation, schwierige Rollen in Partnerschaft und Familie, welche im Zusammenreffen mit der Wohnungslosigkeit schwer zu bewältigende Problembündel darstellen. Von daher sehen wir die Notwendigkeit, für Frauen einen Schutzraum bzw. ein Rückzugsgebiet zu gewährleisten (vgl. GISS-Studie 2015).

So können Frauen auf der Hellen Platte ein separates freistehendes Wohnhaus mit Einzelzimmern und integrierten Nasszellen bewohnen. Das Haus hat drei Zimmer, ist komplett barrierefrei und hat einen großen Gemeinschaftsraum mit gemeinsamer Wohnküche.

Wesentliche Elemente der Konzeption sind:

- Frauenspezifische Beratung: Frauen werden von weiblichem Fachpersonal betreut (Sozialtherapeutinnen/Sozialarbeiterinnen, Hauswirtschafterinnen, ggf. Arbeitsanleiterinnen) welches von regelmäßiger Fallsupervision und spezifischer fachlicher Weiterbildung begleitet wird.
- Stärkung der Frauen in Belangen wie Selbstsicherheit und Selbstbehauptung in frauenspezifisch ausgerichteten Gesprächs- und Therapiegruppen unter Anleitung von Sozialtherapeutinnen/Sozialarbeiterinnen.
- Die Sozialtherapie ist vielfach vernetzt: Es bestehen Kooperationsverträge mit der Suchtberatungsstelle in Waiblingen, mit der Psychiatrischen Institutsambulanz des ZfP Winnenden, mit Selbsthilfegruppen, Arzt, Schuldnerberatung, Anwalt, Arbeitsverwaltung. (Vgl. Renner./G, Längle, G.: Alkoholabhängige Wohnungslose).
- Bezüge zum Gemeinwesen werden durch gemeinsame Unternehmungen in der näheren Umgebung und durch Förderung individueller Freizeitgestaltung (Teilnahme an Selbsthilfegruppen, Vereinsaktivitäten, kirchlichen Angeboten) umgesetzt.
- Weitere Begleitung nach Abschluss der Sozialtherapie in einer frauenspezifisch orientierten Wohngruppe der teilstationären therapeutischen Wohngemeinschaft Backnang.



## 4. Die Mitarbeiter

### Das Aufnahmeteam:

<b>Engler, Klaus</b> Abteilungsleiter, Diakon	07193 57-122
<b>Hörmann, Christine</b> Stellvertretende Abteilungsleiterin, Aufnahmekoordinatorin Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (M. A.), Sozialtherapeutin (Sucht)	07193 57-277
<b>Lippold, Anastasia</b> Verwaltungsangestellte Betriebswirtin (IHK)	07193 57-260

### Das Sozialdienstteam

<b>Bürklin, Kathrin</b> Sozialarbeiter/Sozialpädagoge (M. A.)	07193 57-271
<b>Enthaler, Valerie</b> Wirtschaftspsychologie (M. Sc.) Psychologie (B.Sc.)	07193 57-264
n.n. n.n.	07193 57-263
<b>Scheible, Benjamin</b> Sozialarbeiter/Sozialpädagoge (B. A.) Sozialtherapeut Sucht (VDR)	07193 57-265
<b>Heike Lenz-Eckstein</b> Kunst- und Kreativtherapeutin – (freiberuflich tätig)	
<b>Annemarie Giess</b> (freiberuflich tätig)	

### Das Hauswirtschaftsteam

<b>Knotz, Carmen</b> Gruppenleiterin, Hauswirtschaftliche Anleiterin Hauswirtschaftsmeisterin	07193 57-278
<b>Wegmann, Melanie</b> Hauswirtschaftliche Anleiterin	07193 57-262
<b>Waldbüßer, Manuela</b> Hauswirtschaftliche Anleiterin	07193 57-272
<b>Wüst, Annerose</b> Hauswirtschaftliche Anleiterin	07193 57-222

## 5. Der Stundenplan

### Grundstundenplan

EH STH  
Wochenplan  
FA xy

Uhrzeit	Bitte auswählen			Aufnahme am:			Stand:		
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
07:30		Frühstücksbuffet			Frühstücksbuffet				
07:45						08:00 - 12:30 Uhr Putzmittelausgabe Wohnraumtraining Haus-, & Zimmer- dienste Kochen			
08:00		08:15 - 09:45 Uhr Bezugsgruppe SozD Treffpunkt: Gruppenraum			Haus C 10:00 - 10:35 Uhr				
08:15	08:15 - 09:45 Uhr Psychomotorik Frau Lenz-Eckstein Treffpunkt: Foyer								
10:00	10:00 - 12:00 Uhr Kreatives Gestalten Frau Lenz-Eckstein Treffpunkt: H 3 Gruppenraum	10:15 - 11:45 Uhr STAR Scheible/Lachenm. Nach Rücksprache mit SozD	10:00 - 12:00 Uhr Wohnraumtraining Haus-, & Zimmer- dienste Bettwäsche						
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen		
12:30									
13:00	13:00 - 17:00 Uhr Beschäftigung	13:00 - 17:00 Uhr Beschäftigung	13:00 - 17:00 Uhr Beschäftigung	13:00 - 17:00 Uhr Beschäftigung	13:00 - 14:00 Uhr Forum				
14:00					Einkaufsfahrt lt. Einteilung				
15:00									
16:00									
17:00						ab 17:00 Uhr Infogruppe Haus C Herr Engler Treffpunkt: Haus C			
19:00	AA/ Blaues Kreuz Erstmalige Teilnahme			18:00 - 20:00 Uhr Hausabend regelmäßig dienstl. HW					



## 6. Das Programm

### Wohnraumtraining

Die KlientInnen der Sozialtherapie leben in Wohnhäusern mit jeweils 7 Plätzen. Das Wohnraumtraining umfasst ca. 8 Stunden in der Woche und ist im Stundenplan fest verankert.

Einmal in der Woche (i. d. R. freitags) findet eine Hausbesprechung, mit allen KlientInnen des Hauses statt.

Themen der Hausbesprechung sind:

- Einteilung der Hausdienste z. B.
  - Küche und Kochen, Einkaufsfahrt (Küchendienst)
  - Reinigung Bad
  - Reinigung Außenbereich
  - Reinigung Wohnbereiche
  - Sonderdienste
- Abrechnung des letzten Einkaufs
- Rückmeldungen zum letzten Wochenende
- Speiseplanung für das bevorstehende Wochenende, dabei soll berücksichtigt werden
  - Keine Fertigprodukte und Dosengerichte
  - Alle BewohnerInnen sollten damit einverstanden sein
  - Frische Saisonale Produkte verwendet werden
  - Budget von 4,60 € pro Person am Tag, sollte nicht überschritten werden
- Probleme und Unstimmigkeiten im Haus sollen offen angesprochen werden z. B.
  - Sauberkeit
  - Lärmbelästigungen
  - Umgang mit Müll
  - Umgang mit anderen Mitbewohnern
  - Körperhygiene

Ein weiterer Bestandteil des Wohnraumtrainings ist die Einkaufsfahrt, diese findet nach der Hausbesprechung mit allen zuständigen KlientInnen statt. Dazu gehört:

- Budget für den Einkauf abholen
- Geeignete Transport Boxen für die LM mitbringen
- Versorgung der Lebensmittel nach dem Einkauf
- Eintragung und Abrechnung des Kassenzettels im Haushaltsbuch

Der Samstagmorgen beginnt mit einem gemeinsamen Frühstück in den Häusern. Dies wird vom Küchendienst individuell zubereitet. Weitere Arbeiten am Samstag:

- Reinigungsmittel zum bekannten Ausgabepunkt abholen
- Dienste laut Plan erledigen

# Helle Platte

## Das Programm

---

- Sonderdienste

In der Mitte der Woche (am Mittwoch) ist ebenfalls Zeit für das Wohnraumtraining im Stundenplan eingeplant. An diesem Tag erledigen die KlientInnen:

- Reinigung Ihres eigenen Zimmers
- Reinigung der Dienste laut Plan
- Im 14-tägigen Rhythmus Bettwäschetausch

Für seine private Wäsche ist jede/r KlientIn selbst verantwortlich, es stehen Waschmaschine und Trockner zur Verfügung. Die hauswirtschaftlichen Anleiterinnen sind in allen Bereichen als Ansprechpartner vor Ort und helfen bei der Planung wie bei der Umsetzung der Aufgaben. z. B.:

- Erklärung der Wäschepflege
- Unterstützung bei der Umsetzung des Speiseplans
- Unterstützung bei der Planung des Einkaufszettels
- Unterstützung bei der Zubereitung

Alle erledigten Aufgaben werden von den hauswirtschaftlichen Anleiterinnen kontrolliert, so werden Mängel in der Reinigung oder Unterstützungsbedarf bei den KlientInnen sofort festgestellt und Maßnahmen für die Beseitigung eingeleitet.

Das Hauswirtschaftsteam

### **Beschäftigung**

Die Teilnahme an der Beschäftigung im Bereich der Landwirtschaft oder der Hauswirtschaft über die normalen Einheiten hinaus, wird als „Indikative Gruppe“ anerkannt. Die Beschäftigungseinheit muss regelmäßig stattfinden, mindestens zwei Wochenstunden umfassen und zusätzliche zu der standardmäßigen Beschäftigung im Wochenplan eingetragen sein.

- Die indikative Beschäftigungseinheit eignet sich besonders um weitergehende Tagesstrukturierung sicherzustellen
- Für KlientInnen, die sich im Rahmen der Beschäftigung zusätzlich erproben wollen
- Für KlientInnen, die ihre Therapieschwerpunkte eher im praktischen Bereich setzen wollen

Die Teilnahme an der Gruppe wird mit dem/der verantwortlichen AnleiterIn im Beschäftigungsbereich abgestimmt und wie alle indikativen Gruppen im Wochenplan des/der KlientenIn eingetragen.

### Bezugsgruppe

#### Ziel der Gruppe:

- Neue BewohnerInnen integrieren/kennenlernen der BewohnerInnen untereinander
- Gemeinsames Erarbeiten von Vorgehens- und Verhaltensweisen
- Erkennen, dass die eigenen Probleme meist auch die Schwierigkeiten anderer sind und gemeinsam leichter Lösungen gefunden werden können.
- Diskussion aktueller Ereignisse und grundsätzlicher Probleme

#### Aus dem Inhalt:

In der Bezugsgruppe können und sollen Themen aktiv durch die TeilnehmerInnen eingebracht werden. Die Gruppe stellt dabei ein wertvolles Instrument dar, um die oben genannten Ziele erreichen zu können.

Thematisch setzt sich die Gruppe folglich mit verschiedenen Vorgehens- und Verhaltensweisen und mit den eigenen Gedanken und Gefühlen auseinander. Weitere, sich wiederholende Themen können sein:

- Hausordnung und Therapievertrag
- Suchtinformation

Offene Gruppe,  
dienstags, 8:15 Uhr bis 9:45 Uhr

Benjamin Scheible  
Klaus Engler

### Entspannungsgruppe

#### Ziel der Gruppe:

Ziel ist es die Wahrnehmung für die Anspannung zu schärfen und muskuläre Entspannung zu erlernen. Durch muskuläre Entspannung kann dem Stresserleben entgegengewirkt werden<sup>1</sup>. Regelmäßige Entspannungsübungen wirken beruhigend, lösend und regenerierend auf den Körper und auf innere Empfindungen. Durch Entspannung kann ein höheres Maß an körperlicher Ruhe erreicht, und somit langfristig Überlastung vorgebeugt werden.

#### Aus dem Inhalt:

Wir arbeiten hauptsächlich mit der Entspannungsmethode „Progressive Muskelentspannung“. Diese wurde von Edmund Jacobson entwickelt und wird daher häufig „Jacobson-Training“ genannt. Das Entspannungsgefühl wird erreicht, indem zunächst verschiedene Muskelgruppen angespannt werden. Anschließend lässt man die Muskulatur wieder locker und konzentriert sich auf den Übergang von der Anspannung zur Entspannung. Die Körperwahrnehmung wird trainiert, sodass die Anspannung im Alltag früher wahrgenommen wird und als Hinweis für den Einsatz des Verfahrens dient<sup>1</sup>.

Es wird eine offene Gruppe angeboten, hierbei wird die Wahrnehmung der Muskelsinne trainiert und Entspannung erlebt.

In einer geschlossenen Gruppe bauen 14 Einheiten aufeinander auf. Schwerpunkte dabei sind<sup>1</sup>:

- Schulung der Muskelsinne
- Hinzunahme des Entspannungssignals
- Kopplung der Atmung an das Entspannungssignal
- Hinzunahme der Visualisierung
- Verkürzte Methoden
- Anwendung der Methode in Realsituationen

#### Anforderungen an die TeilnehmerInnen:

- Ca. 60 Minuten ruhig liegen oder sitzen können
- Bereitschaft, sich auf die Übung einzulassen
- Ruhe aushalten können

Offene Gruppe, montags, 17:45 Uhr bis 18:45 Uhr

Annemarie Giess

<sup>1</sup> Aus E. Hofmann: Progressive Muskelentspannung (ISBN 978-3801716394) © Hogrefe Verlag, Göttingen.



### Achtsamkeit

#### Ziele der Gruppe:

In der Achtsamkeitsgruppe geht es darum, sich seiner gegenwärtigen inneren Erfahrungen bewusst zu werden. Es wird eingeübt, Dinge direkt über die Sinne zu erfahren, allen Erfahrungen mit Interesse zu begegnen und jetzt in diesem Moment präsent zu sein. Dabei üben wir, Körperempfindungen, Gedanken und Gefühle wahrzunehmen und ihnen zu erlauben, zu sein, wie sie sind. Gedanken werden dabei als mentale Erscheinungen betrachtet, anstatt als unbedingte Realität. Somit können Verhaltensmuster, die zu Suchtmittelrückfällen führen, durchbrochen und möglichen Rückfällen vorgebeugt werden.

#### Aus dem Inhalt:

- Autopilot und Rückfall
- Achtsame Wahrnehmung von Auslösern und Suchtmittelverlangen
- Achtsamkeit im Alltag
- Achtsamkeit in Rückfallrisikosituationen
- Akzeptanz und bewusstes Verhalten
- Ein Gedanke ist ein Gedanke ist ein Gedanke

#### Anforderungen an die Teilnehmer:

- Bereitschaft, sich seiner gegenwärtigen inneren Erfahrungen bewusst zu werden
- Offenheit für Methoden der Achtsamkeitspraxis, wie Meditationen und Sinneserfahrungen

***„Achtsamkeit bedeutet, auf eine bestimmte Weise aufmerksam zu sein:  
bewusst, im gegenwärtigen Augenblick und ohne zu urteilen.“***

Jon Kabat-Zinn

Offene Gruppe,  
mittwochs, 8:15 – 9:45 Uhr

Annemarie Giess

### Haus- und Gartengruppe

#### Ziel der Gruppe:

Die Gruppe wird als indikative praktische Gruppe angeboten. Die Themen der Gruppe sind:

- Praktische Gruppenarbeit mit KlientInnen
- Freude an der Natur entdecken
- Kreativität der KlientInnen fördern
- Erfolgserlebnisse vermitteln, durch das schöne sichtbare Ergebnis
- Die Gärten hinter den Wohnhäusern verschönern
- Bestandspflege der vorhandenen Gartenanlage
- Gartenprodukte anbauen, die die Kochgruppe nach der Ernte verarbeitet
- Pflanzenkunde, Kräuterkunde, Gemüsekunde
- Gemüse pflanzen, ernten und konservieren
- Es soll zeigen, dass es eine schöne Freizeitgestaltung ist

Jahreszeitabhängige Tätigkeiten:

- Vorbereitungen und Teilnahme am Weihnachtsmarkt
- Bastelarbeiten
- Wäschepflege
- Nähen z. B. Kräutersäckchen oder Getreidesäckchen
- Marmelade kochen
- Backtage

Offene Gruppe,  
dienstags, 10:15 Uhr bis 11:45 Uhr

Ideal ist eine Teilnehmerzahl von 5 - 6 Personen

Melanie Wegmann

### Infogruppe

#### Ziel der Gruppe:

Je nach Bedürfnislage der Teilnehmenden können folgende Themen Schwerpunkt sein:

- Die Gruppenangebote der Sozialtherapie
- Die Hausordnung der Hellen Platte
- Weiterführende Möglichkeiten nach der Sozialtherapie
- Behördenangelegenheiten zu Therapiebeginn:
  - Sozialamt/Jobcenter/Agentur für Arbeit/Krankenkasse
- Versorgung und Dienste am Wochenende

Darüber hinaus soll es in dieser Gruppe auch darum gehen, dass die TeilnehmerInnen Klarheit finden, warum sie auf die Helle Platte gekommen sind, welche Ziele sie haben und wo sie persönlich in der Auseinandersetzung mit Ihrer Suchtproblematik gerade stehen.

Offene Gruppe,  
freitags, 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr im Gemeinschaftsraum von Haus C  
Die Gruppe ist für alle BewohnerInnen von Haus C verpflichtend.

Klaus Engler

### Kochgruppe

#### Ziel der Gruppe:

Die Kochgruppe wird als indikative praktische Gruppe angeboten. Es werden unterschiedliche Themen bearbeitet z. B.:

- Gestaltung von Speiseplänen
- Internationale Speisen
- Einfache Gerichte
- Anspruchsvolle Gerichte, die die Kreativität fördern
- Einkaufslisten erstellen (den Einkauf übernimmt aus Zeitgründen die hauswirtschaftliche Anleiterin)
- Teilweise werden die Produkte aus der Gartengruppe verwendet

Wir motivieren die BewohnerInnen, die gelernten Rezepte am Wochenende umzusetzen.

- Die KlientInnen bekommen alle Rezepte ausgehändigt
- In jedem Haus befindet sich ein Ordner mit vielen verschiedenen Rezepten
- Die KlientInnen lernen sich zeitlich zu koordinieren, um das Essen pünktlich fertig zu haben
- Wir erwarten, dass nach dem Essen gemeinsam in der Gruppe, die Küche sauber hinterlassen wird
- Die meisten KlientInnen sind mit Freude und Eifer dabei

Die Teilnahme und Dauer an der Kochgruppe kann individuell sein. Es ist abhängig davon, ob die Eigenschaften der KlientInnen, den Anforderungen entsprechen.

freitags, 10:05 Uhr bis 12:00 Uhr

Ideal ist eine Gruppengröße von 4 Personen

Manuela Waldbüßer  
Melanie Wegmann

### Kreatives Gestalten

#### Ziel der Gruppe:

Im Rahmen des „Kreativen Gestaltens“ können die Teilnehmenden zahlreiche Techniken aus den Bereichen der Malerei und Graphik kennenlernen und anwenden. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Wir glauben, dass jeder Mensch eine kreative Begabung hat, die er für sich entdecken und entwickeln kann.

Inhaltlich werden keine Vorgaben gemacht. Damit ist ein breites Spektrum an Interessens und Tätigkeitsschwerpunkten möglich:

- Eigene Ideen in Malerei und Graphik umsetzen, wobei jederzeit auf die Beratung, Anleitung und Hilfestellung der Therapeutin zurückgegriffen werden kann.
- Experimentieren mit Techniken und Materialien ohne bestimmtes Ziel, aber mit dem schönen Nebeneffekt, dass eigene Fähigkeiten entdeckt und entwickelt werden.
- Arbeiten nach Vorlagen aus verschiedenen Stilrichtungen der Kunst oder der Natur, mit unterschiedlichen Techniken und Schwierigkeitsgraden.
- Meditatives Malen oder Zeichnen. Dabei kommt es nicht so sehr auf das Ergebnis an, sondern auf das kreative Handeln an sich. Diese Methode eignet sich besonders dazu, Blockaden und Ängste, aber auch überzogene Ansprüche an die eigenen Fähigkeiten aufzulösen, weil dabei mit ganz wenig Aufwand interessante und schöne Bilder entstehen.

Bilder und Zeichnungen werden nicht bewertet. Sie werden als Ausdruck momentaner Befindlichkeit verstanden und haben so ihre Gültigkeit und Bedeutung für den „Künstler“ oder die „Künstlerin“.

Das „Kreative Gestalten“ gehört zum Grundstundenplan der Sozialtherapie. Das heißt, dass die Teilnahme für die KlientInnen im Grundstundenplan für mindestens vier Doppelstunden verpflichtend ist. Die Teilnehmenden können aber auch längerfristig teilnehmen, wenn kreative Betätigungen ihren Interessen entsprechen.

Offene Gruppe,  
montags, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Heike Lenz-Eckstein

### Psychomotorik

#### Ziel der Gruppe:

TeilnehmerInnen ein möglichst positives Gefühl für den eigenen Körper zu vermitteln. Die Bewegung als Äußerung des Lebens erfahren. Die Einheit von Körper, Geist und Seele bewusst(er) werden. Weitere Aspekte sind die Einübung und Anwendung von adäquaten Formen des sozialen Umgangs.

In diesem Rahmen werden Elemente aus verschiedenen psychomotorischen Bereichen eingesetzt:

#### Sensorische Integration

Motorische Fähigkeiten und Körperwahrnehmung bedingen sich gegenseitig. Lernerfahrungen im motorischen Bereich wirken sich im sensorischen Bereich aus und umgekehrt.

#### Walking

Kreislaufaktivierung und Förderung der Ausdauer und Belastungsfähigkeit. Aufbau und Erhalt des Bewegungsvermögens und der Kondition.

#### Meditative Elemente

Dienen der Beruhigung und der Einstimmung der TeilnehmerInnen in den Tages-/Wochenanfang.

In allen Bereichen werden Gruppen- und Individualübungen angeboten. Der soziale Aspekt des aneinander/miteinander Handelns ist wesentliche Intention des ganzen Angebotes. Die Übungen sind so aufgebaut, dass sie mit möglichst geringem materiellem und konstitutionellem Aufwand jederzeit durchgeführt werden können.

Materialien teilnehmerseits: Gymnastikkleidung, Trainingsanzug, leichte Sportschuhe, rutschfeste Laufsocken.

Die Gruppe „Psychomotorik“ gehört zum Grundstundenplan der Sozialtherapie. Das heißt, dass die Teilnahme für die KlientInnen im Grundstundenplan für mindestens vier Doppelstunden verpflichtend ist. Die Teilnehmenden können aber auch längerfristig teilnehmen, wenn körperlich/sportliche Betätigungen ihren Interessen entsprechen.

Offene Gruppe,  
montags, 8:15 Uhr bis 9:45 Uhr

Heike Lenz-Eckstein

### **Rückfallgruppe**

#### **Ziel der Gruppe:**

An der Rückfallgruppe nehmen die KlientInnen teil, die während der Sozialtherapie einen Rückfall hatten. Darüber hinaus können auch KlientInnen teilnehmen, die sich aktiver mit dem Rückfallgeschehen auseinandersetzen wollen.

In der Rückfallgruppe wird das Rückfallgeschehen am Beispiel konkreter Rückfälle analysiert, um Rückfälle besser verstehen zu können und um die Ursachen und Gründe zu erkennen, die zum Rückfall geführt haben.

Darüber hinaus sollen die Teilnehmenden lernen, rückfalltypische Situationen frühzeitiger zu erkennen und Wege aus diesen Situationen heraus zu finden, um ihre Abstinenz besser sichern zu können

Grundlage für die Rückfallanalyse ist das Rückfallmodell von Marlatt und Körkel.

#### **Aus dem Inhalt:**

- Rückfall ist nicht gleich Rückfall
- Rückfallanalyse
- Risikosituationen erkennen und bewältigen
- Ablehnen lernen
- Erste-Hilfe-Kasten

#### **Anforderungen an die Teilnehmer:**

- Bereitschaft, sich selbst einzubringen
- Aktive Teilnahme
- Hausaufgaben

Offene Gruppe,  
donnerstags, 08:15 bis 09:45 Uhr

Klaus Engler

### **Selbstsicherheit und Kontakt**

#### **Ziel der Gruppe:**

Soziale Bedürfnisse, Interessen und Rechte bewusst machen, diskutieren und in praktischen Übungen alternative Verhaltensweisen einüben, um in der sozialen Interaktion eine individuell befriedigende Verstärkung des veränderten Handelns zu erreichen.

#### **Aus dem Inhalt:**

- Kritik annehmen und äußern
- Kontakt aufnehmen
- Nein-Sagen-Können
- Wünsche äußern und Rechte einfordern
- Einüben des Erlernten in realistischen Situationen

#### **Anforderungen an die Teilnehmer:**

Bereitschaft zum aktiven Handeln und üben

Offene Gruppe,  
freitags, 10:15 Uhr bis 11:45 Uhr

Klaus Engler



## **Das Strukturierte Trainingsprogramm zur Alkohol- Rückfallprävention (S.T.A.R.)**

### **Ziel der Gruppe:**

Vermittlung von Kompetenzen zur Vorbeugung von Rückfällen und zum Umgang mit eingetretenen „Ausrutschern“.

### **Aus dem Inhalt:**

- Grundinformationen zum Alkoholrückfall
- Hochrisikosituationen, Gefahren und ihre Bewältigung
- Ausrutscher und Rückfall
- Rückfallbezogene Gespräche mit Angehörigen

### **Anforderungen an die TeilnehmerInnen:**

- Eigene Erfahrungen mitbringen, mit Neuem experimentieren wollen.
- Brille (wenn nötig) und eigenen Schreibstift mitbringen.

Die Veranstaltung gehört zum Grundprogramm der Sozialtherapie.

Offene Gruppe,  
dienstags, 10:15 Uhr bis 11:45 Uhr  
Dauer der Gruppe: 15 Einheiten (Module)

Benjamin Scheible

### Zielegruppe

#### Ziel der Gruppe:

Eine Vorstellung davon zu entwickeln, was man erreichen will und wie dies umgesetzt werden kann. Zusätzlich sollen das Selbstvertrauen und die Zuversicht der TeilnehmerInnen gestärkt werden

#### Aus dem Inhalt:

- Ziele setzen und erreichen
- Benennung und Überprüfung der eigenen Therapieerwartungen
- Selbstwirksamkeit und Erfolg erleben
- Aktivität und positive Erfahrungen
- Austausch und Anregung der TeilnehmerInnen bzgl. Lösungserarbeitung

In der Gruppe geht es darum, sich darüber klar zu werden, was man erreichen möchte. Es ist wichtig an einem Ziel festzuhalten um „Durststrecken“ während der Therapie leichter zu bewältigen. Gleichzeitig wird es darum gehen, wie gesetzte Ziele in kleinen Schritten verwirklicht werden können. Dabei findet eine Auseinandersetzung mit den individuellen Problematiken, welche bislang die Zielerreichung blockierten, statt. Durch aktive Beteiligung und Rückmeldung der Teilnehmenden können neue und wichtige Erfahrungen gesammelt werden.

#### Anforderungen an die TeilnehmerInnen:

- aktive Mitarbeit.

Offene Gruppe,  
1 x wöchentlich, 10 Module  
donnerstags, 10:15 Uhr bis 11:45 Uhr  
Teilnehmerzahl: 6 bis 15 Personen

Benjamin Scheible

## **Zukunft TWG**

### **Ziel der Gruppe:**

An der Gruppe nehmen KlientInnen teil, die in eine teilstationäre Nachfolgeeinrichtung (TWG) möchten oder noch Orientierungshilfe für die Zukunftsplanung nach der Hellen Platte benötigen.

Den Übergang in eine teilstationäre Einrichtung (TWG Backnang/TWG Murrhardt) zu erleichtern. Personen auf den Aufenthalt in den TWGs vorzubereiten.

### **Aus dem Inhalt:**

Die Indikative Gruppe besteht aus 8 Modulen/2 x 45 Min.

Modul 1: Wo kommen wir da hin? – Grundinformation

Modul 2: Wie kommen wir da hin? – und was dann?

Modul 3: Wie sieht denn da unser Tag aus?

Modul 4: Was wollen wir denn da erreichen?

Modul 6: Was kann ich tun, damit es mir gut geht?

Modul 5: Was kann ich tun, wenn es nicht so gut klappt?

Modul 7: Welche Rolle spielt die Selbsthilfegruppe in meiner Zukunftsplanung?

Modul 8: Wie kann ich jetzt die richtige Entscheidung für mich treffen?

### **Anforderungen an die Teilnehmer:**

- Bereitschaft die Zukunft zu planen
- Aktive Teilnahme

Der erfolgreiche Besuch der Gruppe (8 Module) berechtigt zur Bewerbung in den TWGs.

Offene Gruppe (Einstieg zu jedem Modul),  
montags, 10:15 Uhr bis 11:45 Uhr

Die Mitarbeiter TWG – Backnang/TWG Murrhardt  
Cornelia Seitz  
Willi Walter  
Christoph Weimer  
Dominique Roßwog

### **Hausabend**

#### **Ziele der Gruppe**

Gemeinschaft fördern, pflegen und aushalten. Eine sinnvolle Abendbeschäftigung zu finden und mit unterschiedlichen Charakteren ein gutes Miteinander zu entwickeln.

#### **Aus dem Inhalt**

Gemeinsam mit den Klienten werden unterschiedliche Ideen gesammelt, nach Abwägung von den vorhandenen Vorschlägen planen die Klienten möglichst selbstständig den Hausabend, hierbei wird Unterstützung durch die hauswirtschaftlichen Anleiter im Bedarfsfall gerne angeboten.

Mögliche Themen können sein:

- Spieleabend
- Filmabend
- Themenkochen (griechischer, mexikanischer, russischer, spanischer Abend)
- Und viele mehr

#### **Anforderungen an die TeilnehmerInnen:**

- aktive Mitarbeit.

Offene Gruppe,  
im Turnus alle 6 Wochen,  
donnerstags, 18:00 bis 20:00 Uhr

Manuela Waldbüßer  
Melanie Wegmann

## 7. Literaturverzeichnis

Andreß, H.: Leben in Armut. Opladen/Wiesbaden 1999

Günthner, Manuela/Sartorius, Wolfgang/Simon, Titus: Leben in Balance trotz Arbeitslosigkeit. Handlungsansätze, empirische Befunde und Rahmenbedingungen des Freudenstädter Modells. Freiburg 2013

Renner, G./Längle, G.: „Alkoholabhängige Wohnungslose“ in „Sucht, Die Lebenswelten Abhängiger“ Hg.: Gerhard Längle, Karl Mann, Gerhard Buchkremer, Attempo 1995

Kühner, Karl Ernst./König, Dieter.: STAR – „Strukturiertes Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention“. Konturen 2-2003

Landkreistag/Städtetag/Gemeindetag/LWV Baden/LWV Württemberg: Fortschreibung der kommunalen Konzeption. Stuttgart 1996

Lauth, G./Vieban, P.: Soziale Isolierung. Oldenburg 1987

Lutz, Ronald/Simon, Titus: Lehrbuch Wohnungslosenhilfe. Eine Einführung in Praxis, Positionen und Perspektiven. Weinheim und Basel 2012, 2. Auflage

Malyssek, J./Störch, K.: Wohnungslose Menschen. Ausgrenzung und Stigmatisierung. Freiburg 2009

Sozialministerium Baden-Württemberg: Wohnungslosigkeit in BaWü. Bremen/Stuttgart 2015

E. Hofmann: Progressive Muskelentspannung (ISBN 978-3801716394) © Hogrefe Verlag, Göttingen.