

Time-IN®
Traumapädagogik trifft
Natur- und Erlebnistherapie



Konzept für Jugendhilfeeinrichtungen zur
Einrichtung eines **Time-IN®**-Platzes in der Natur
für Kinder und Jugendliche ab 9 Jahren

Annette Bergmann
Riedis 12
87466 Oy-Mittelberg

buero@sispa.de
Büro: 08376-9763860
Mobil: 0151-61616106

1. Kontext und Ausgangspunkt für die Entwicklung eines Time-IN® Platzes in der Natur

Seit dem Jahr 2010 arbeiten wir mit Jugendlichen der Jugendhilfe in individualpädagogischen Einzelmaßnahmen, welche von Jugendämtern direkt oder in Kooperation mit Jugendhilfeträgern angefragt werden.

Unser **Time-IN®** Platz ist für besondere Kinder der Jugendhilfe bundesweit.

Wir werden oft angefragt, wenn Kinder und Jugendliche in den vorhandenen Strukturen der Jugendhilfe und der Psychiatrie nicht die Unterstützung bekommen, die sie aufgrund ihrer Bindungsstörungen und frühkindlichen Traumatisierungen benötigen, um stabil untergebracht zu sein. Sie werden von dem Betreuungspersonal in den Gruppen nicht gehalten. Sie reißen aus und rutschen immer weiter in die kriminellen Strukturen der Städte, um auf der Straße zu überleben.

Primäre Bindungs- und Beziehungserfahrungen sind ausschlaggebend für seelische, körperliche und geistige Entwicklungen. Sind diese Erfahrungen belastet, beispielsweise durch den Tod eines Elternteils, durch Trennung und Scheidung oder sexuelle Übergriffe, sind oftmals soziale Auffälligkeiten im Verhalten von Kindern beobachtbar. Auch Vernachlässigung und Verzärtelung sind bindungsprägend und können im Extremfall Traumafolgestörungen nach sich ziehen. Nicht alle Kinder und Jugendliche sind stabil genug, um eine Trennung von der Familie zu ertragen und sich in Jugendhilfeeinrichtungen einzuleben. Gelingt solch ein Einleben in den Einrichtungen nicht, kann es sein, dass die Kinder und Jugendlichen sich dauerhaft enturzelt fühlen. Sie zeigen dann manchmal Symptome im Bereich des Sozialverhaltens, unregelmäßigen Schulbesuch, ziehen sich zurück, wirken „unerreichbar“, konsumieren Suchtmittel. Sie können zu Drehtürpatienten werden und ihren Lebensmittelpunkt temporär zwischen Psychiatrie-Jugendhilfe-Familie-Psychiatrie verschieben. Oder sie werden von den Erwachsenen verschoben. Letztendlich finden sie keinen Halt und befürchten Korrekturen ihrer Bewältigungsstrategien, die ihnen bisher ihre Existenz sicherten. Ebenso schwierig sind die sogenannten „Brückensituationen“, beispielsweise im Rahmen von Rückführungen in den familiären Haushalt.

Wir unterbrechen das System mit dem Auftrag der Entwicklung von Neuorientierungen in speziellen Fällen. Unsere Beobachtung ist, dass Fachkräfte der Jugendhilfe und Inobhutnahme-Gruppen aufgrund der potenzierten Trauma-Dynamik vieler Kinder auf engem Raum nicht allen Betroffenen das Setting anbieten können, das diese brauchen, um in ein mittleres Stresslevel zu kommen und an der Gestaltung ihrer Zukunft arbeiten zu können. Oft triggern sich aufgenommene Kinder gegenseitig – Kinder und Betreuer sind dann überfordert. Ein Schutz der Kinder vor Co- und Sekundärtraumatisierungen oder anderen psychischen und physischen Schwierigkeiten als Folge von Traumatisierungen ist die „Flucht“ – oft auf die Straße. Mit unserem **Time-IN®** Platz möchten wir ein Angebot schaffen, das diese Situation für betroffene Kinder und Jugendliche verändert.

2. Was bedeutet Time-IN®?

Während „Time-out“ Projekte oft schwerpunktmäßig zur Entlastung der Systeme angeboten werden, wird mit dem **Time-IN®** Konzept die Perspektive gewechselt. Wir nehmen uns schwerpunktmäßig Zeit für die Teilnehmenden – mehr Zeit als im Wohngruppenalltag zur Verfügung steht. Die Kinder rücken bewusst in den Fokus und werden mit ihren Stärken und Schwächen, Erfahrungen und guten Gründen für ihr Verhalten intensiv und wertschätzend wahrgenommen. Mit ihnen wird partizipativ ihre Ressourcen- und Belastungslage analysiert. Es wird daran gearbeitet, das Verhalten, Denken und Fühlen auf Erwachsenenenebene zu verstehen und für die Kinder selbst verstehbar zu machen. **Time-IN®** bedeutet, sich eine Zeit lang intensiv nur mit sich selbst zu beschäftigen. Der Fokus liegt darauf, bei der eigenen Person im Hier und Jetzt anzukommen, Kraft zu schöpfen, Gefühle und Erlebtes zu sortieren und Zukunftsperspektiven zu entwickeln. Es ist eine Zeit der Persönlichkeitsentwicklung,

Stabilisierung und Zukunftsorientierung. Eine Zeit für die Innenschau, eine Zeit zum Wiederentdecken von Stärken und zur Förderung und Erweiterung der eigenen Ressourcen. Schwerpunktmäßig wird stabilisierend gearbeitet, die Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit werden gefördert, Selbstheilungskräfte reaktiviert. Gemeinsam werden Lösungsideen für aktuell konflikthafte Lebensthemen gesucht, und es wird dabei unterstützt, passende Anschlussmaßnahmen und Betreuungssettings zu entwickeln und zu finden.

3. Informationen auf einen Blick

Träger des Time-IN® Platzes:	Sispa - Institut für Entwicklungsprozesse in der Natur
Aufnahmekriterium:	eine Person
Dauer:	bis zu 6 Wochen, danach Verlängerung möglich
Leitung:	Dipl. Soz.-Päd. Annette Bergmann (Erlebnispädagogin, Systemische Naturtherapeutin, Traumapädagogin & traumazentrierte Fachberaterin)
unterstützendes Team:	je nach Bedarfslage
Kosten:	nach individueller Absprache

4. Zielgruppe

- Aufgenommen werden Jungen und Mädchen, bevorzugt zwischen 9 und 18 Jahren. Diese können emotionale Störungen, dissoziale Verhaltensweisen und schulische Probleme haben. Ihre Selbststeuerungsfähigkeit kann beeinträchtigt sein. Ebenso kann ein familiär belastender Hintergrund vorhanden sein.
- Aufgenommen werden Mädchen und Jungen, die eine reizarme Umgebung in der Natur brauchen.
- Aufgenommen werden Kinder und Jugendliche mit PTBS-Problematik.

Ausschluss

- Nicht aufgenommen werden Kinder und Jugendliche mit akuten Suchtproblematiken.
- Nicht aufgenommen werden Kinder und Jugendliche mit Behinderungen, für die es keine individuellen Lösungen gibt, mit denen sie das Gelände betreten können, für das in der Regel eine körperliche Fitness vorausgesetzt wird.

5. Ziele der Maßnahme

Die konkreten Ziele für die Maßnahme werden individuell auf die Teilnehmenden und gemeinsam mit ihnen abgestimmt, selbstverständlich auch in Absprache mit dem Jugendamt und Vormund. Die bindungsorientierte Haltung des betreuenden Teams und die Gestaltung eines sicheren Settings, abgestimmt auf die Bedürfnislage der Teilnehmenden, bieten heilsame Erfahrungsmöglichkeiten. Kindliche Bedürfnisse können nachreifen.

Konzeptionell wird Folgendes mit unserem Angebot verfolgt:

- Die Ressourcen (persönliche, familiäre, sozialräumliche, materielle) der Teilnehmenden werden herausgearbeitet und gefördert.
- Verständnis für die Belastungslagen und für die guten Gründe des gezeigten Verhaltens wird geweckt. Die Themen und Gefühle aus der Vergangenheit können im Hier und Jetzt erkannt, benannt, sortiert und ggf. verarbeitet werden.
- Die Klärung / Korrektur des Selbstbildes (Kind / Jugendliche **hat** ein, ggf. mehrere Probleme – Kind / Jugendliche **ist nicht** „das Problem“) wird unterstützt.

- Die emotionale Beruhigung der Teilnehmenden in reizarmer, aber reizvoller Umgebung wird gefördert. Dadurch können diese in ein mittleres Stresslevel gelangen.
- Eine Veränderungsmotivation sowie eine Interventionserlaubnis werden gemeinsam mit den Teilnehmenden erarbeitet.
- Es wird geklärt, wie die weitere Unterbringung / Betreuungssituation aussehen kann. In diesem Prozess ist die aktive Mitgestaltung möglicher Perspektiven durch die Teilnehmenden wichtig. (Was ist los? Wie geht es weiter? Wo werde ich leben?)
- Der Drehtüreffekt wird vermieden; im Fokus ist ggf. eine gezielte Vermittlung in ein passendes, nachhaltiges Betreuungssetting.
- Bei Bedarf wird eine traumazentrierte Fachberatung und eine Nachbetreuung im Anschluss an die Maßnahme organisiert und installiert.

6. Team

Das Kind wird rund um die Uhr betreut. Auch nachts ist eine pädagogische Fachkraft vor Ort. Ein weiterer Mitarbeiter / eine weitere Mitarbeiterin hat Bereitschaft oder ist mit im Dienst, so dass in Krisensituationen immer eine zweite Fachkraft unterstützend zur Seite stehen kann.

Das Team setzt sich zusammen aus:

1 x Sozialpädagoge*in (Leitung) mit traumapädagogischer Zusatzausbildung

1 x Erlebnistherapeut*in / Ergotherapeut*in

1-2 x Personen im Backup

Therapiehund

Bei Bedarf werden ausgebildete Fachkräfte für besondere Angebote (z.B. Skifahren, Bergsteigen, Wandern, Erlernen eines Musikinstruments) hinzugezogen. Die hohe pädagogische, bindungsorientierte Präsenz und der strukturierte Tagesablauf mit Ritualen und Regeln geben Halt und Sicherheit. Das Prinzip „Wachsen durch gemeinsames Tun und Erleben“ beinhaltet sowohl die Haushaltsführung als auch Erlebnispädagogik, Tierversorgung, Gartenarbeit und soziale Projekte.

7. Schulpflicht

Von einer Anbindung an eine öffentliche Schule wird in den ersten sechs Wochen abgesehen. Alternativ werden Lernangebote wie Arbeiten im Garten und die Arbeit mit Tieren geboten. Der oder die Teilnehmende bekommt dadurch die Chance, die Einhaltung einer Tagesstruktur zu erlernen, die für den nächsten Schritt einer Wiedereingliederung in die Schule benötigt wird.

8. Aufnahmeprozedere

Eine Aufnahme ist mittel- und langfristig planbar, im Rahmen von Kriseninterventionen und bei freien Kapazitäten ist sie innerhalb von 24 Stunden möglich.

1. Nach der Anfrage des Jugendamtes findet ein Gespräch mit dem Kind, der Familie und dem Jugendamt statt. Die Darstellung des Konzeptes und die Besichtigung des Platzes (möglich auch über Bilder & eine Broschüre) sind Themen des Gespräches.
2. Der Hilfeplan wird für sechs Wochen geschrieben, mit der Option auf Verlängerung.
3. Das Aufnahmegespräch, in dem die Ziele und Bedingungen der Betreuung individuell vereinbart werden, erfolgt unter Beteiligung des Jugendamtes, des Kindes, der sorgeberechtigten Eltern sowie der Mitarbeitenden der Wohngruppe und der pädagogisch-therapeutischen Leitung.
4. Gemeinsam mit allen Beteiligten finden eine Entscheidung über eine Aufnahme und die Festlegung eines Aufnahmetermins statt.

5. Der Geltungsbereich der Vereinbarungen richtet sich nach folgenden Richtlinien:
 - Einzelfall nach §78b, Abs. 3 in Verbindung mit §36(1); §27, 2 ff., §34, §35a (ausgenommen außerschulische Förderung), §41, §19, §13, 3 SGB VIII
 - Angebot als individuelle Zusatzleistung im Rahmen der Hilfeplanung neben dem Regelangebot gemäß Rahmenvertrag (Einzelvereinbarung)
 - sonstige ambulante Jugendhilfeleistungen nach §27, 2 SGB VIII
6. Aktuelle Führungszeugnisse des Teams werden dem Träger vorgelegt.

9. Strukturelle Rahmung

Freiwilligkeit

Ein Wesensmerkmal ist die „Freiwilligkeit“ der Teilnahme an der bis zu sechs Wochen dauernden Maßnahme. Manchmal haben die Kinder und Jugendlichen keine große Wahlmöglichkeit. Aber auch die Alternative zu einer Gefängnisstrafe oder einem Leben auf der Straße ist eine Wahl. Wichtig ist, zu klären, welche Konsequenzen ein Abbruch der Maßnahme für die Kinder / die Jugendlichen hätte.

Regeln

Im Vorfeld wird ein von allen Beteiligten zu unterschreibender Vertrag über vereinbarte Regeln aufgesetzt. Hierzu gehört das Besprechen, welche Konsequenzen bei Nichteinhaltung der Regeln zu erwarten sind. Dies dient der Orientierung der Teilnehmenden und der Helfer.

Es gibt folgende gesetzte, unveränderbare Regeln:

- kein Handy, kein Internet, eine kontrollierte Menge Zigaretten am Tag (eingetragen in ein Rauchertagebuch), kein Alkohol, keine Drogen, kein gewaltsames Verhalten gegenüber Menschen, Tieren und der Natur, Kontaktsperre zu Eltern und Geschwistern

Zusätzlich werden bei Bedarf altersgerechte und individualisierte Regelungen getroffen.

Tagesstruktur

Die Strukturierung des Tages ist der äußere Rahmen. Innerhalb dieses Rahmens wird sehr flexibel und individuell auf die Teilnehmenden eingegangen. Zu Beginn wird Zeit gegeben, um anzukommen und die vielen neuen Reize und Eindrücke auch zu verarbeiten. Themen wie Schlafstörungen, Unruhe oder Ängste werden mit in Gespräche und Planungen bzgl. der äußeren Rahmung des Tages einbezogen. Natürlich wird die Tagesstruktur an die jeweiligen Störungen und Symptome der Teilnehmenden angepasst, wenn z.B. Schlafstörungen das Frühstück um die geplante Zeit nicht möglich machen.

8:30 Uhr	Frühstück
9:30 Uhr	duschen und anziehen, aufräumen / einkaufen Arbeit im Garten oder mit den Tieren
13:00 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Ausflug / therapeutische Einheit
18:30 Uhr	Abendessen
20:00 Uhr	Entspannungseinheit: z.B. Feuer machen, Gymnastik, Sport, Meditation
22:00 Uhr	Nachruhe

Diese Tagesstruktur begleitet uns an den „normalen Tagen“. Am An- und Abreisetag sowie an Feiertagen, bei denen wir besondere Aktionen (wie z.B. Lagerfeuer um Mitternacht an Silvester) erleben, wird von der Struktur abgewichen. Wenn es aus Gründen der Stabilisierung wichtig ist,

beispielsweise nachts draußen spazieren / wandern o.ä. zu gehen oder ein Feuer zu machen, dann hat solch eine Intervention Vorrang und durchbricht ebenfalls die aktuelle Tagesstruktur.

10. Traumasensible inhaltliche Ausrichtung

Der **Time-IN**® Platz bietet individuelle Förderungen mit unterschiedlichen methodischen Ansätzen der Traumapädagogik, Erlebnispädagogik, der systemischen Natur- und Erlebnistherapie, der Ergotherapie (z.B. PädArT, Weidenzaunflechten) sowie der tiergestützten Arbeit. Das Erlernen des Umgangs mit hochsensitiven Fähigkeiten und die Förderung dieser können bei Vorliegen ermöglicht werden. Ebenso findet das Thema Ernährung einen wichtigen Platz (einkaufen von insbesondere heimischen Produkten, Mahlzeiten vorbereiten und kochen).

Soziale Kontakte können im Rahmen von Angeboten der Naturfreunde, z.B. Natursport, installiert werden. Wir begleiten das Kind bei der Teilnahme an diesen Angeboten, so dass es sich sicher fühlen darf und soziale Kompetenzen in einer Gruppe erlernen kann. In den einzeltherapeutischen Projekten lernt das Kind sich selbst kennen, lernt sich wahrzunehmen und die eigenen Handlungen zu reflektieren. Es besteht auch die Möglichkeit, die Jugendlichen (je nach Alter) bei ausgewählten Firmen vor Ort in bestimmte Berufe hinein „schnuppern“ zu lassen.

Eines unserer großen Anliegen ist die Stärkung der Ressourcen der Kinder / Jugendlichen (Musik, Kunst, Technik, Sport, ...). Die Teilnehmenden sollen ihre Ressourcen in Begleitung entdecken und entwickeln. Dabei gehen wir individuell auf die Bedürfnisse des Kindes ein und erarbeiten partizipativ, in welchen Bereichen die Ressourcen liegen. Wichtig ist uns dabei, dass sich das Kind als wertvoll erlebt und eine Motivation entwickelt, die eigenen Stärken zu leben.

Manche Kinder besitzen erfahrungsgemäß hochsensitive Fähigkeiten. Sie können beim Kind aufgrund der früheren Lebensumstände in einem extrem hohen Maß entwickelt sein. (Es braucht evtl. schon eine feine Nase, um zu erahnen, ob die Eltern Alkohol getrunken haben.) Diese Kinder nehmen kleinste Stimmungsschwankungen wahr, nehmen diese auf und scannen ihr Umfeld regelmäßig ab, um dieses zu kontrollieren und Gefahren frühzeitig aus dem Weg zu gehen. Diese unbewusste Wahrnehmungsschulung lässt sich nicht einfach ausschalten. Anstatt diese besonderen Fähigkeiten der Kinder angemessen zu fördern, entstehen oftmals Irritationen und Fehlinterpretationen bei Eltern, Lehrern und Ärzten. Allzu schnell wird die Diagnose „verhaltensgestörte Kinder“ gestellt. Aufklärung und Information werden deshalb immer wichtiger. Diese besonderen Kinder brauchen eine professionelle Anleitung, um mit ihrer eigenen Hochsensibilität selbstbewusst umzugehen und sich selbst schützen zu können. Während eines **Time-IN**® lernen hochsensible Kinder, sich besser zu verstehen, und sie erlernen einen individuellen Umgang mit der eigenen Wahrnehmung. Darüber hinaus können sie erfahren, dass sie mit ihren besonderen Gaben nicht alleine sind. Aufgrund der ständigen Übererregung ist es wichtig, das Kind vor Überforderung zu schützen. Ziel ist es, aus einer vermeintlichen Schwäche eine Stärke zu machen.

Im Rahmen des **Time-IN**® ist es möglich, einige Tage auf einer abgelegenen Berghütte oder in einer einfachen Unterkunft zu verbringen. Erfordert es die Situation, werden auch mehrtägige Biwak-Einheiten mit Übernachtung (z.B. im Wald) durchgeführt.

Arbeit mit dem Sicherem Ort

In der Traumapädagogik gilt es nach Martina Baierl folgende sichere Orte zu gewähren oder zu erarbeiten:

- den äußeren sicheren Ort
- den personalen sicheren Ort
- das Selbst als sicheren Ort

Stand: November 2020

- Spiritualität als sicheren Ort
- den inneren sicheren Ort

(BAIERL M.; FREY K.: Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche - Göttingen - Vandenhoeck & Ruprecht - 2016, S. 56ff.)

Dass Sicherheit eine notwendige Voraussetzung für traumapädagogisches Handeln ist, wird mittlerweile weithin anerkannt. Die betroffenen Kinder und Jugendlichen können sich dann sicher fühlen, wenn sie

- sich an einem äußeren sicheren Ort befinden, an dem keine Gefahren drohen,
- sich bei Menschen befinden, die sie beschützen und alle Gefahren abwehren,
- Sicherheit bei sich selbst finden, auf sich selbst vertrauen und davon ausgehen können, alle Herausforderungen und Gefahren sicher zu meistern,
- sich von spirituellen Mächten behütet und geborgen fühlen,
- alle äußere Gefahr sowie bedrängende innere Bilder ausblenden und sich an einen inneren sicheren Ort begeben können,
- bei starker Regression ihr Kuscheltier oder auch ein lebendiges Tier als personalen sicheren Ort zur Verfügung haben. Entsprechend sollte diese Beziehung gewürdigt werden (ebda, S. 62).

Der Time-IN® Platz in der Natur

Damit Kinder / Jugendliche die Schutzmasken der Stadt ablegen und sich öffnen können, ist es sehr wichtig, dass sie sich auf den Weg machen und sich von der Stadt / der gewohnten Umgebung entfernen. Auch ist es wichtig, dass der Boden am **Time-IN®** Platz „unbefleckt“ ist, es in dieser Umgebung keine Vorurteile gibt. Das ermöglicht einen Neuanfang. **Time-IN®** Plätze sind sehr gemütlich. Vor Ort gibt es viel Holz und viele Wiesen. Die Umgebung hilft dabei, entspannt zur Ruhe zu kommen und nachzudenken. Um in einer solchen Maßnahme prozessorientiert zu arbeiten, ist es wichtig, zu Beginn das Ankommen des Kindes zu berücksichtigen, die Machtkampfphase und dann eine Differenzierungsphase zu ermöglichen, bei der das Arbeiten mit dem Kind günstig ist, da es hier am offensten für Veränderungsprozesse ist. Aber auch die bewusste Gestaltung eines Abschieds zum Ende der Maßnahme ist wichtig, um etwas zu beenden, damit wieder etwas Anderes beginnen kann.

Der **Time-IN®** Platz bietet:

- eine reizarme dörfliche Umgebung,
- sofort zugängliche Natur und Tiere,
- genügend Fluchtmöglichkeiten,
- eine Feuerstelle auf dem Gelände,
- ein eigenes Zimmer / eigenes Zelt,
- keine erreichbare Bus- / Bahnanbindung,
- einen Platz mit Struktur und Herz,
- regelmäßige Mahlzeiten,
- Freiraum und das Gefühl, jederzeit rausgehen zu können,
- einen festen, sicheren Ort (kein Reiseprojekt),
- individuelle Betreuung - inkl. Nachbetreuung,
- tiergestützte Arbeit,
- die Übernahme von Verantwortung für die Hunde (oder andere Haustiere) und
- sportliche Betätigung und Körperwahrnehmung.

Das Kind kann den Raum einnehmen und diesen auch mit der Zeit verändern. Dies ist für das Kind wichtig, um ankommen zu dürfen. Es wird so gemeinsam eine persönliche Komfortzone

Stand: November 2020

geschaffen – ein sicherer wirklicher Ort. Dieser ist die Voraussetzung dafür, dass sich ein traumatisiertes Kind den Prozessen öffnen, im Zuge dessen sich von einem solchen sicheren Ort wegbewegen, aber jederzeit auch in den persönlichen Schutzraum zurückkehren kann.

Sich von einem solchen sicheren Platz wegzubewegen, sich den Prozessen zu öffnen, aber auch wieder einen Schutzraum zu haben, in den sich das Kind jederzeit zurückziehen kann, sind wichtige Ausgangssituationen für die Arbeit mit traumatisierten Kinder. Tauchen – auch in unerwarteten Momenten – traumatische Erlebnisse in Erzählungen und Erinnerungen auf, können diese umgehend aufgefangen und besprochen werden. Emotionen bei Über- und Untererregung werden stabilisiert. Das Arbeitstempo reguliert das Kind selbst. Eine nahe Bezugsperson, ein*e Erlebnis- und Ergotherapeut*in sowie zwei Hunde in naher Erreichbarkeit geben Sicherheit und das Gefühl, wahrgenommen und wichtig genommen zu werden.

Das Kind erhält die Aufmerksamkeit, die es braucht, Raum zum Ausprobieren und zum Lernen.

11. Traumapädagogik trifft Natur- und Erlebnistherapie - Methodische Interventionen

Durch Übungen zu den Themen „Stehen, Erdung und Halt suchen und finden“ bekommt das Kind die nötige Ruhe, um nicht auf dem Sprung sein zu müssen. Es kann sich dadurch Zeit nehmen, um den eigenen „guten“ Platz zu finden. Dabei helfen gezielte Erdungsübungen (wie zum Beispiel barfuß durch die Blumenwiese gehen, barfuß durch den Schnee gehen, Blumen pflücken und zu Tee verarbeiten, im Wald aufhalten, Wandern, Speckstein bearbeiten, in Heilerde baden). In der systemischen Erlebnistherapie sprechen wir von archaischen kollektiven Erinnerungen, die eine Urverbundenheit zu „Mutter Natur“ wecken. Ein Gefühl, in dem wir uns zugehörig und eingebunden fühlen.

Die **Erde** als Element für Halt, Standfestigkeit, Geborgenheit, Tod und Neugeburt ist das Grundelement für die Verbindung und Anbindung zu „Mutter Natur“, zu einer mütterlichen Energie / Nahrung, die gerade dann ganz wichtig ist, wenn Kinder / Jugendliche diese mütterliche Energie von ihrer leiblichen Mutter nicht ausreichend erhalten haben.

Wir arbeiten in der traumasensiblen Erlebnistherapie intensiv mit dem Element **Feuer**: Wir nähren das Herz mit Feuer, dem Element der Liebe und der Selbstverwirklichung. Das Kind lernt stückweise (wieder), sich selbst zu lieben und Visionen für die Zukunft zu entwickeln.

Um Loslass-Prozesse zu begünstigen, arbeiten wir in der systemischen Erlebnistherapie mit dem Element **Wasser**: Dieses unterstützt den Zugang zu den eigenen Gefühlen. Aus Selbstschutz unterdrücken traumatisierte Menschen oft ihre Emotionen, um den seelischen Schmerz nicht mehr zu spüren. Ein sicheres Setting am Wasser kann tiefe Traurigkeit und Wut zum Vorschein bringen. Die aufkommenden Tränen können in der Begleitung durch die Fachkraft und mit ihr geteilt und bearbeitet werden. Um dissoziativen Reaktionen entgegenzuwirken, versichert sich die Fachkraft, ob das Kind im Hier und Jetzt ist. Dazu hat sie im Vorfeld diverse selbstregulierende Stabilisierungsübungen mit dem Kind eingeübt.

Um den Ausblick auf Vorhandenes oder Perspektiven zu unterstützen, arbeiten wir mit dem Element **Luft**. Durch die **Bergluft** und den Ausblick von einem Berggipfel aus werden Visionen und Zukunftsbilder leichter geschöpft.

Beispiele für Stabilisierungsübungen:

Entschleunigung; bewusstes Atmen; Füße fest auf den Boden stellen; sich im Hier und Jetzt orientieren (Wo bin ich, welcher Tag ist heute?); Igelball; Eiswürfel; Kaugummi; Notfall-Tropfen; Bonbons; Spray (Bachblüten); Duft (Welchen und wo steht er?); Lieblingsmusik (Welche genau? Ist

sie auf dem Player installiert?); Hund, Katze streicheln und knuddeln; Baum-Übung (Ist sie in jeder Situation im Kopf abrufbar? Braucht es eine CD, einen Zettel?); an den „sicheren Ort“ gehen; Filme schauen (Welche Filme? Sind diese vorhanden?); hilfreiche Sprüche lesen (Wo sind diese?); den Schutzmantel visualisieren; Schutzstein halten; Meditation (Healing hand / Christliches Licht); Handschmeichler fühlen (Ist dieser griffbereit?); Schutzspray (Wo steht es?); Kuscheltiere im Arm halten (Welche Kuscheltiere für welche Funktion?); Fotos von schönen Erinnerungen anschauen (Wo werden sie aufbewahrt?); einen Spaziergang machen (Wohin geht es? Wo geht es genau lang?); im Schaumbad baden (Welcher Duft ist am besten? Ist das Schaumbad vorrätig?); 7 Dinge benennen, die zu sehen sind; in „X-Bein“-Stellung kraftvoll stehen und Hände in die Höhe strecken

Natur- und erlebnistherapeutische Methoden

Die Natur- und Erlebnistherapie ist eine handlungsorientierte und ganzheitliche Hilfsform, bei der die Erlebnisse in der Natur mit ihren elementaren Kräften die Selbstheilungskräfte des Menschen unterstützen und anregen. Erlebnistherapie beinhaltet immer physische, psychische und soziale Herausforderungen, fokussiert ein nach Möglichkeit gemeinsam erarbeitetes Ziel (zur Minimalisierung von Symptomen und / oder Strukturänderung der Persönlichkeit), und sie umfasst eine Reflexion des äußeren Ereignisses bezugnehmend auf innere Erlebnisse. Unter Erlebnistherapie wird der Einsatz von Natursportarten (Klettern, Trekking, Kanu fahren usw.) sowie die Bewältigung von Aufgaben im „Outdoor-Bereich“ mit dem Ziel der Feststellung, Heilung oder Linderung von Störungen mit Krankheitswert verstanden (vgl. KAP-INSTITUT; Kooperative Abenteuer Projekte. Zusatzqualifikation Erlebnistherapie - Metaphorisches Lernen kreativ - 2006, S.4.).

Bei der Auswahl der Methoden orientiert sich die Arbeit des **Time-IN®** an erlebnispädagogischen Wirkungsmodellen:

1. am historischen Modell - Die Berge sprechen für sich selbst

Die Wirkung der Naturangebote beruht vor allem auf der Natur selbst. Die dabei zu gewinnenden persönlichkeitsverändernden Eindrücke brauchen keine Kommentierung oder Reflexion.

2. am klassischen Modell

Natur und Aktion sind in eine Reflexion der äußeren Ereignisse und der inneren Erlebnisse eingebettet. In der Erlebnistherapie liegt der Schwerpunkt auf der Übertragung in das Alltagsleben. Dieser Transfer hängt von einer professionellen Aufarbeitung durch den Erlebnistherapeuten / die Erlebnistherapeutin ab, damit die kognitive Erkenntnis zugänglich gemacht wird.

3. am metaphorischen Modell

Natur und Aktion bilden Lebenssituationen isomorph ab. Es können neue Lösungen aus der Aktion herausgearbeitet und aufgrund der Strukturgleichheit auf reale Lebenssituationen übertragen werden. Der Einsatz metaphorischen Lernens in der Erziehungshilfe nutzt Bilder und Symbole aus der umgebenden Natur, um verworrene und chaotische Sachverhalte auf den Punkt zu bringen und dadurch neue Lösungsmöglichkeiten zu eröffnen.

4. am archetypischen Ansatz

Archetypen zeigen sich als Struktur der Wirklichkeit, können wahrgenommen und hervorgehoben werden sowie Aufmerksamkeit bekommen. Geeignet sind z.B. die Elemente

Feuer, Wasser, Erde, Luft. Diese tragen zerstörende und heilende Kräfte in sich. Die Dosierung und auch die methodische Anwendung sind Handwerkszeug des Erlebnistherapeuten / der Erlebnistherapeutin.

Arbeit mit Projektionen

Die Natur bietet ein unendliches Feld für pädagogisch und therapeutisch einsetzbare Projektionen. Sie ist sehr viel reichhaltiger und auffordernder für eine projektive Bearbeitung als die künstliche Situation psychologischer Tests. Das Erleben von metaphorischen Bildern in der Natur bietet einen ganz besonderen Weg zur Selbstfindung und Selbstreflexion. Wir können die traumapädagogischen Übungen zur Stabilisierung mit den Heilkräften der Natur und den Naturräumen kombinieren. Selbst wenn die gewünschten Ziele durch die Erlebnistherapie nicht erreicht werden, werden die Kinder / Jugendlichen durch vielfältige Erfahrungen bereichert, die ihre Resilienzfähigkeiten und ihre Ressourcenlagen erhöhen. Sie erfahren Achtsamkeit und viele Sinneseindrücke, erleben eine ganz eigene Erfahrung ihres Körpers und ihrer Sinneswahrnehmungen. Die Bewegung in der Natur fordert Kinder und Jugendliche körperlich und reduziert körperliche sowie geistige Spannungszustände. Intensive positive Erlebnisse und Momente während einer Naturerfahrung bleiben für immer im limbischen System gespeichert und als Erinnerung erhalten.

Die Grenzen zwischen dem Innen und Außen verschwimmen. Das, was innen ist, wird außen sichtbar. Was innen ist, kann damit außen bearbeitet werden. Je inhaltsleerer, unbestimmter der auslösende Reiz, desto mehr sagt die ausgelöste Reaktion über die Person aus (über die Lebenssituation, die Konfliktsituation, die dominierenden Themen). Lebenssituationen können so wahrgenommen und stellvertretend bearbeitet werden.

Erlebnistherapie im Wald – traumapädagogische Arbeit im Hier und Jetzt

Die Kinder / Jugendlichen gehen in das umliegende Gelände und suchen ein Geländestück, in dem sich ihr derzeitiges Leben abbildet (Bäume, Wurzeln, Äste).

Erlebnistherapie durch eine Bachbettbegehung – traumapädagogische Arbeit an Ressourcen

Die Kinder / Jugendlichen gehen alleine an einem Bachbett hinauf, befassen sich mit einer Themenstellung und suchen einen besonderen Platz, der einen speziellen Lebensbereich widerspiegelt. (z.B.: Was kann ich gut?)

Selbstfindung durch Klettern und Abseilen – traumapädagogische Arbeit an Sicherheit, Vertrauen und

Beziehung

Die Kinder / Jugendlichen sollen sich erleben, über sich hinauswachsen. Sie erfahren ganz umfänglich Sicherheit beim Klettern durch die sehr sensible Einführung und durch ganz sicheres und behutsames Anleiten, bis sie selbst den Mut zum Klettern und Abseilen aufbringen. Sie lernen Selbst- und Fremdvertrauen.

Erlebnistherapie durch Orientierungsläufe im weglosen Gelände – traumapädagogische Arbeit an

Gefühlen im Hier und Jetzt

Die Kinder / Jugendlichen sollen bei Aktionen bewusst eine Verantwortungsübernahme erleben. Durch die Führung einer Wanderung im weglosen Gelände kann ein guter Transfer in ihren Alltag hergestellt werden. (Tappen die Kinder / Jugendlichen im Dunkeln, irren sie umher, treten sie auf der Stelle?)

Erlebnistherapie durch Biwak in der freien Natur – traumapädagogische Arbeit an Achtsamkeit und Bedürfnissen

Die Kinder / Jugendlichen sollen sich unter spartanischen Bedingungen selbst erleben und selbst finden, ihre Grundbedürfnisse und Körperreaktionen wahrnehmen; dies ohne Fremdeinflüsse. Die Wichtigkeit des Wohlbefindens durch Wärme, Trockenheit, Nahrung etc. gewinnt an Bedeutung. Der Erfolg, eine Zeit im Biwak erlebt und zu bewältigt zu haben, kann die Ausgangsbasis für die therapeutische / traumapädagogische Weiterarbeit sein.

Erlebnistherapie durch kontinuierliche Wanderungen – traumapädagogische Arbeit an Zukunftsperspektiven

Die Kinder / Jugendlichen sollen Metaphern für Situationen im Leben finden, sie sollen beispielsweise ihr Verhalten auf ihrem Weg hin zu einem Ziel erleben: Z.B. wird gemeinsam ein Berg bestiegen, dann das Gefühl erlebt, ganz oben zu sein. Im übertragenen Sinn: Schritt für Schritt ein Ziel anstreben, erleben, dass es ein langer schwerer Weg ist.

12. Flankierende Maßnahmen

Elternarbeit

Die sozialpädagogische Arbeit schließt Familienarbeit mit ein. Wöchentlich wird mit den Eltern ein telefonischer Austausch gepflegt. Zukünftig wird als Erweiterung des Angebots geplant, im Rahmen von Familien-Aus-zeiten auch mit der zugehörigen Familie bzw. den Bezugspädagogen und zuständigen Fachkräften aus der Jugendhilfe zu arbeiten.

Kooperation mit dem Hilfesystem

Regelmäßig, in kurzen individuellen Abständen, findet ein Austauschgespräch mit dem Jugendamt / Vormund statt. Nach spätestens sechs Wochen finden weitere Hilfeplan-Gespräche statt, wobei jeweils über die Fortführung der Maßnahme entschieden wird. Auch die mögliche Weitervermittlung wird in enger Absprache mit dem Jugendamt und dem Kind entwickelt.

Teamarbeit

Das Team nutzt unterschiedliche Beratungen zur Teampflege: Traumazentrierte Fachberatung, Fallberatung, Teamsupervision, interne und externe Fortbildungen. Das Team wird regelmäßig durch einen Supervisor / eine Supervisorin begleitet. Zudem finden regelmäßige Teamgespräche statt. Außerdem werden Fortbildungen besucht. Alle Informationen werden im Team weitergegeben, so dass die Arbeit qualifiziert und jederzeit auf dem neusten Stand ist.

13. Abschluss der Maßnahme

Die Erfahrung hat gezeigt, dass es sinnvoll ist, das Abschlussgespräch zur Maßnahme, die Stabübergabe und die Besprechung von Zukunftswünschen am **Time-IN**® Platz stattfinden zu lassen. Die Überführung in den Alltag kann dadurch gefördert werden, dass die Fachkräfte die vollzogenen Veränderungen und Entwicklung vor Ort erfahren und nachvollziehen können. Bei Bedarf kann vom ganzen System auf „Reset“ gedrückt und für den Alltag im Herkunftsort ein Neustart vereinbart werden. Tauchen die Jugendlichen dagegen bei den Feedback- / Abschlussgesprächen in ihr ursprüngliches Umfeld ein, verfallen sie oft wieder in alte Muster und bedienen sich alter Masken und Abwehrhaltungen, die sie sich in diesem Umfeld zugelegt haben.

14. Nachbetreuung

Manchmal braucht eine Weitervermittlung in passende nachhaltige Betreuungssettings mehr Zeit als zu Beginn gedacht. Deshalb kann angeboten werden, das Betreuungssetting zu verlängern. Ebenfalls kann eine Nachbetreuung sichergestellt werden. Hierzu wird eine aufsuchende traumazentrierte Fachberatung und / oder eine ambulante Begleitung des Kindes durch Netzwerkpartner im neuen Lebenssetting angeboten.

15. Kosten

Die Kosten werden im Rahmen der vorliegenden Aufführung als Fachleistungsstunden abgerechnet, ggf. als Tagespauschale vergütet. In der Tagespauschale sind Kosten der Übernachtung, Betreuung, Verpflegung, Materialien, Bekleidung und Taschengeld zusammengefasst. 1/3 der Kosten werden im Vorfeld überwiesen. Fahrtkosten werden gesondert berechnet.

Kostenaufstellung für einen Tag

Übernachtung Ferienwohnung (pro Tag)	75,00 €
Tagespauschale traumasensibel 24-Stunden – Betreuung pro Person	900,00 €
Tagespauschale Backup 24-Stunden pro Person:	160,00 €
Verpflegung 15 Euro (pro Tag und Person):	30,00 €
Freizeitpauschale / Materialien (pro Tag und Person):	30,00 €
Overheadkosten (pro Tag):	61,88 €
Bekleidungsgeld (pro Tag):	1,34 €
Taschengeld (pro Tag):	1,78 €
Gesamtkosten (pro Tag):	1260,00 €

Fahrtkosten

Fahrtkosten: 0,41 Euro pro km

Berichtswesen

Fachleistungsstunden für das Verfassen von Berichten, die Teilnahme an Hilfeplan- und weiteren Gesprächen mit dem Jugendamt und möglichen anderen Trägern werden bei Bedarf gesondert in Rechnung gestellt.

1x Fachleistungsstunde: 64,00 Euro

Übernachungskosten der **Time-IN**® Plätze staffeln sich nach dem individuell abgesprochenen Setting:

Quellhof:	35,- Euro pro Person pro Tag
Ferienwohnung Niedersonthofen:	75,- Euro pauschal pro Tag
Iseler-Platz-Hütte:	150,- Euro pauschal pro Tag

Wenn wir während der Maßnahme von der Ferienwohnung auf die Hütte wechseln, fallen für die Ferienwohnung in Niedersonthofen 80% der Kosten an. Diese wird frei gehalten, um jederzeit in diese zurückzukehren, sobald der Prozess auf der Hütte abgeschlossen ist.

Endreinigung: 200 Euro

Therapeutische Zusatzeinheiten

Tiergestützte Therapie, systemische Erlebnistherapie, Ergotherapie oder Energiearbeit können extra beantragt werden: 90,- Euro die Stunde, eine Einheit beträgt zwei Stunden.

16. Ausblick: Aus-Zeit- Reise mit der Familie und den Fachkräften der Jugendhilfe

Zukünftig soll der **Time-IN**® Platz durch das Betreuungssetting einer gesonderten Maßnahme ergänzt und erweitert werden. Gemeinsam mit Kollegen möchten wir Aus-Zeit-Maßnahmen anbieten. Sie dienen dem intensiven Transfer des Erlebten und der Verankerung von Veränderung im gesamten Umfeld, in Familie und Jugendhilfesystem.

Wir wollen dazu einladen, als Gesamtsystem – Kind/Jugendliche*r/Herkunftsfamilie/Fachkräfte der Jugendhilfe - bewusst ein „STOP“ zu setzen und vom bisherigen Hilfeverlauf Abstand zu finden. Wir arbeiten ressourcenorientiert, gleichen Erwartungshaltungen und Konkurrenzen ab und stärken den konstruktiven Umgang im betroffenen Gesamtsystem. Wir ziehen Bilanz, sortieren und finden gute Kooperationsmöglichkeiten für die Zukunft. Wir arbeiten an den gemeinsam abzugleichenden persönlichen Themen, der Interaktion und Kommunikation.

Das kann im grünen Allgäu stattfinden, auf einer Insel, in der Stille der Dolomiten oder aber an einem Ort, den sich das Gesamtsystem wünscht. Die Kraft der Elemente gibt es in jedem Naturraum zu entdecken. Wir wollen elementar arbeiten - das bedeutet, wir beziehen uns auf die vier Grundelemente: das Feuer, das Wasser, die Erde und die Luft. Sie werden gemeinsam in ihren Kräften erlebbar – spürbar.

17. Der gute Grund

Der gute Grund für unser **Time-IN**® Konzept ist, dass Kinder und Jugendliche uns anschreiben oder uns weiter empfehlen, dass sie nach freien Kapazitäten für die individuelle Begleitung durch uns fragen. Oft sagen diese Kinder / Jugendlichen, dass unsere Form der Begleitung, unsere Methoden sowie die angepassten Regeln für sie zielführend sind.

In der Vergangenheit haben wir intuitiv das Setting gestaltet, welches Entwicklung auf vielen Ebenen unterstützt hat. Im Frühjahr diesen Jahres sagte ein Mädchen, welches wir zur Einzelbegleitung aufgenommen hatten: „Es wäre doch gut, wenn es immer einen solchen **Time-IN**® Platz im Allgäu für Kinder wie mich gibt“. Einen Platz für Kinder, die keinen Platz haben und durch die Inobhutnahme zu sehr gestresst und aggressiv sind. Daraufhin haben wir das Konzept fachlich ausgearbeitet und ausgebaut, so dass wir uns auch mit dem Konzept bei Jugendämtern vorstellen können.

18. Transparenz

Die Prozesse und die Begleitung werden in einem Tagesprotokoll festgehalten. Ebenfalls wird ein Ressourcenkatalog angelegt. Dieser steht dem Jugendamt 24 Stunden nach der intensiven Begleitung zur Verfügung und kann für zukünftige Begleitpersonen als Grundlage genutzt werden. Das Jugendamt wird in Anrufen und auch E-Mails über den aktuellen Verlauf der Maßnahme informiert. Die Eltern werden nur in Absprache mit dem Jugendamt angerufen. Die Kinder / Jugendlichen erhalten zu den aktuellen Gesprächszeiten des Jugendamtes die Gelegenheit, Gespräche mit den Bezugsbetreuern zu führen.

Wir begleiten die Kinder / Jugendlichen persönlich in eine neue Einrichtung. Wir führen eine ausführliche Übergabe durch und bleiben bei Bedarf ein paar Tage vor Ort. So werden die gewonnenen Erkenntnisse der letzten Wochen auch in das neue Setting integriert.

Auf Wunsch kann auch ein Coaching bestehen bleiben. Oft möchten die Kinder und Jugendlichen eine Telefonnummer oder E-Mail haben, um sich bei Problemfällen weiterhin an uns wenden zu können.

Im Team haben wir zu jeder Zeit eine Absprachemöglichkeit mit den in Bereitschaft arbeitenden Kollegen / Kolleginnen.

19. Partizipation

In unseren täglichen Gesprächen kann es bei Bedarf um unsere gemeinsamen Absprachen gehen. Partizipation fördern wir in vielen Situationen, z.B. besprechen wir den Essensplan und die Freizeitangebote gemeinsam. Die festen Regeln werden vor der Maßnahme besprochen, festgelegt und auch von allen Seiten unterschrieben. Eine mögliche Änderung von bestehenden Regeln wird im Team abgesprochen.

20. Freude und Spaß

Freude und Spaß sind sehr wichtig und helfen uns, in die Gegenbewegung zu den oft schweren Themen und Problemen der Kinder und Jugendlichen zu gehen. Spielzeiten mit den Hunden oder auch die Begegnungen mit anderen Tieren werden unterstützt; Tiere sind wichtige Mitglieder des **Time-IN®** Platzes. Regelmäßige Spieleabende o.ä. werden von uns angeboten. Wir fördern und begleiten ebenfalls Verabredungen zum Spielen mit Kindern im Ort.

21. Erlangen von Selbstwirksamkeit

Die Selbstwirksamkeit wird insbesondere durch positive Erfahrungen – wie zum Beispiel die positive Umsetzung der Maßnahme oder das Erreichen der persönlichen Ziele – erlangt. Die Teilnehmenden haben zuvor erlebt, dass sie die Regeln anderer Settings nicht einhalten konnten, sind daraufhin vielleicht auch in andere Einrichtungen weitergereicht worden. Selbstwirksamkeit lässt sich auch lernen: Wir setzen an den Ressourcen an und fördern die Resilienzfähigkeit der Teilnehmenden, so dass sie in zukünftigen Settings auch Vertrauen in die eigenen Kompetenzen haben und Durchhaltekraft sowie Selbstvertrauen erfahren können.

Literatur

BACON, Stefan: Die Macht der Metaphern - Sandmann-Verlag - 1998

GÜTHLER Andreas; LACHER Kathrin: Maturwerkstatt Landart: Ideen für kleine und große Naturkünstler - 3.Auflage -Baden und München: AT Verlag - 2005.

HECKEMAIR,B.; MICHL,W.: Erleben&Lernen - Einstieg in die Erlebnispädagogik - München - Ernst Reinhardt Verlag - 2004

KAP-INSTITUT: Kooperative Abenteuer Projekte - Zusatzqualifikation Erlebnistherapie - Metaphorisches Lernen kreativ - 2006.

KAP- INSTITUT: Kooperative Abenteuer Projekte - Zusatzqualifikation Erlebnistherapie - Therapeutische Potentiale des Erlebnisses - 2007

KANFER F.H.; REINECKER H.; SCHMELZER D.: Persönlichkeitsstörungen bei Kindern & Jugendlichen – Stuttgart - Klett Cotta - 1996

BAIERL M.; FREY K.: Praxishandbuch Traumapädagogik - Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche – Göttingen - Vandenhoeck&Ruprecht - 2016