

# **suchttherapiebärn**

neue perspektiven



## **Sucht- und Sozialtherapie**

urban | entwicklungsorientiert | individuell

--- Kurzkonzept Juni 2024 ---

## **Inhalt**

Einleitung.....	3
Zielgruppe.....	3
Inhalt und Aufbau der Therapie .....	4
Suchtverständnis und fachliche Arbeitsweise.....	7
Infrastruktur und Lage.....	10
Anschlusslösungen.....	11
Informationen und Kontakt.....	12

Ausgabe vom 28.10.2025

## Einleitung

Die stationäre Sucht- und Sozialtherapie bietet einen abstinenzorientierten Rahmen und unterstützt in diesem Setting von Sucht betroffene Menschen darin, die bisherige Lebenssituation zu reflektieren, neue Perspektiven für die Zukunft zu schaffen und berufliche sowie soziale Integration zu erreichen.

***urban*** – suchttherapiebärn bietet 12 Therapieplätze in der Stadt Bern an. Die urbane Lage ermöglicht die Nutzung von zahlreichen Angeboten in den Bereichen Arbeit, Bildung und Freizeit und schafft ein realitätsnahes Übungsfeld.

***entwicklungsorientiert*** – jeder Mensch hat Fähigkeiten und Ressourcen, auf welchen aufbauend er sich entwickeln und seine Lebenssituation verbessern kann.

***individuell*** – jeder Mensch ist eine eigenständige Person mit einem freien Willen und besitzt mehrere, verschiedene Handlungsoptionen. Auf dieser Grundlage wird die Therapie individuell geplant.

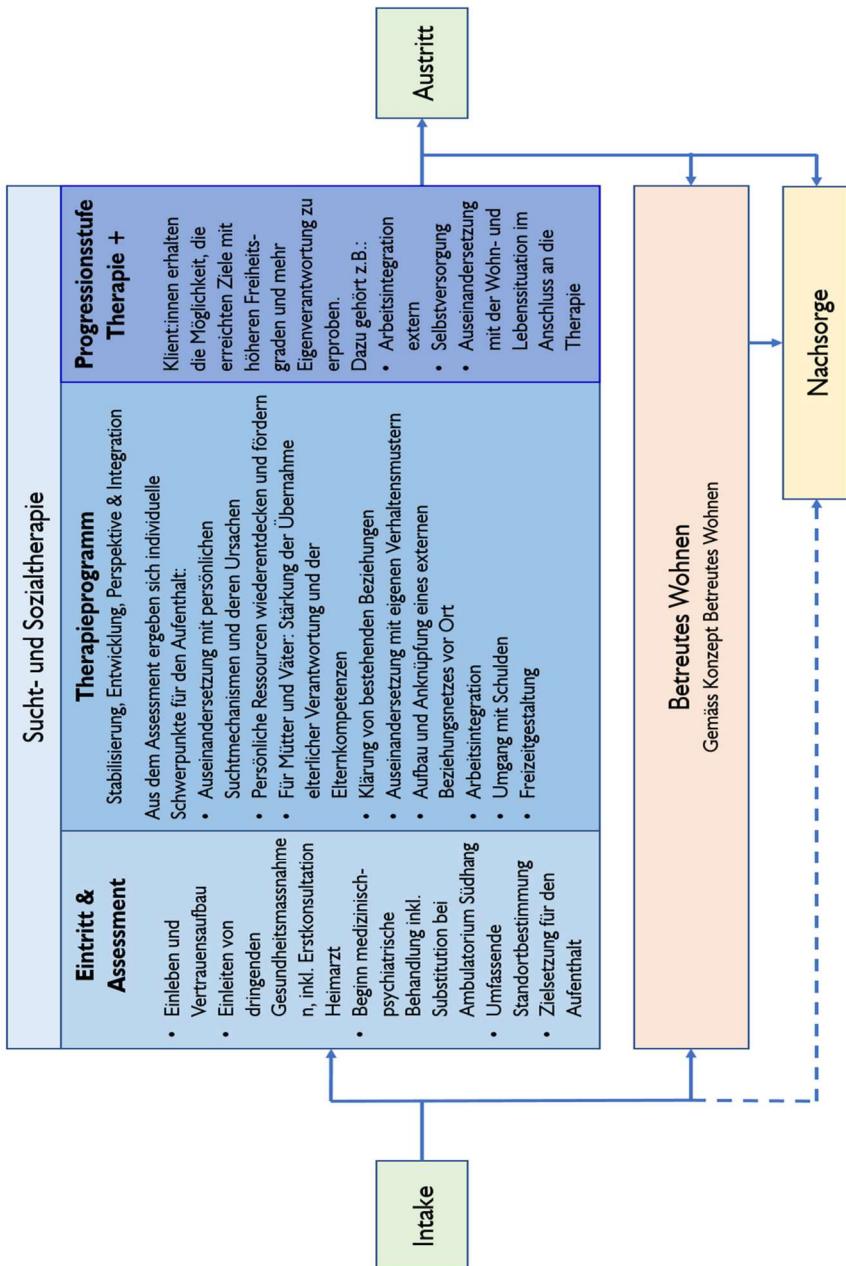
## Zielgruppe

Das Angebot von suchttherapiebärn richtet sich an volljährige Personen mit einer Suchtproblematik. Der Eintritt erfolgt auf freiwilliger Basis, im Rahmen einer Massnahme nach StGB Art. 60 oder über eine FU (fürsorgerische Unterbringung).

Der Eintritt in die Therapie erfolgt in der Regel nach einer Entzugsbehandlung. Bedingung für eine Aufnahme ist die Abstinenz bezüglich der Hauptproblemsubstanz und der Verzicht auf Beikonsum. Eine qualifizierte Substitutionsbehandlung oder bei Indikation der Abbau der Substitution sind gewährleistet.

Das Angebot eignet sich auch für Personen mit Begleitdiagnosen wie zum Beispiel AD(H)S, Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen sowie für Mütter, Väter und Paare. Schwangere Frauen können bis zur Geburt des Kindes begleitet werden. Kinder können nicht stationär aufgenommen werden.

## Inhalt und Aufbau der Therapie



Die Gesamtdauer der Therapie beträgt je nach Situation und Auftrag nach Abschluss der ca. 8-wöchigen Assessmentphase zwischen 6 und 24 Monaten.

Die Therapie wird individuell geplant.

Im **Aufnahmeverfahren** (Intake) bzw. während des Informationsgespräches und Schnuppertages werden in einer ersten Anamnese die Themen Abstinenz- und Veränderungsmotivation, die aktuelle Ausgangs- und Problemlage sowie die Zielvorstellungen erhoben. Lassen diese Indikatoren eine Aufnahme in unserer Stiftung zu, wird nach erfolgter Kostengutsprache durch den zuständigen Kostenträger ein Eintrittstermin vereinbart.

Nach Eintritt erfolgt das **Assessment**. Die im Aufnahmeverfahren benannten Problemlagen und Zielvorstellungen werden vertieft und konkretisiert. Besondere Aufmerksamkeit gilt auch Verhaltensweisen, die den Fortschritt der Therapie gefährden und zum Abbruch führen könnten. Darauf aufbauend werden grundsätzliche langfristige Ziele formuliert und entsprechende mittelfristige und kurzfristige Zwischenziele erarbeitet. Die weitere Therapieplanung wird gemeinsam in einem **internen Standortgespräch** festgelegt. Damit erfolgt der Wechsel ins **Therapieprogramm** mit den Themen Stabilisierung, Entwicklung, Perspektive und Integration.

Die Klientel wird im **internen Arbeitsbereich** arbeitsagogisch begleitet und bzgl. Arbeitsintegration unterstützt. Die Klient:innen werden in den verschiedenen Arbeitsbereichen (Küche, Garten/Unterhalt und Hauswirtschaft) entsprechend ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen eingesetzt.

Zur Erreichung der individuell vereinbarten Ziele dienen verschiedene **Therapiebausteine**. Den Klient:innen stehen unterschiedliche therapeutische Angebote zur Verfügung, die in Zusammenarbeit mit der Bezugsperson als einzelne Therapiebausteine zu einem individuellen Programm zusammengestellt werden (siehe Wochenplan auf der folgenden Seite).

Wochenplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:30-8:00			Medikamentenausgabe	individuelles Morgenessen			
<b>8:15</b>	Tagestart	Tagestart	Tagestart	Tagestart	Start	Start	Start
8:30	Start	Start	Start	Start	Start	Start	Start
	Interne Arbeit	Interne Arbeit	Interne Arbeit	Interne Arbeit	Interne Arbeit	Interne Arbeit	Interne Arbeit
9:40-10:00							
10:00-12:00	11:45	Arbeit	Arbeit	Arbeit	11:30	Zimmerputz	
	Menu Planung				Wochenplanung		
12:15-14:15							
13:40-14:00							
<b>14:15-15:15</b>	Wochenstart	Recovery Gruppe Mu28	Rückfallprävention Mu28	Sport Mu37	Therapie Gruppe Mu28		
15:15-15:30	Pause	Pause	Pause		Pause		
15:30-17:00	Begleitetes Malen	Individuell z.B. Administration	Individuell z.B. Administration		Bewegung + Spiel Mu37		
17:15-18:00							
17:30-18:30							
18:30-19:00							
22:00							

erster Donnerstag im Monat 14:30 Uhr Grossgruppe  
letzter Donnerstag im Monat 16:45 Uhr Haussitzung, Haus 28

Folgende drei Bausteine gehören neben dem internen Arbeitsbereich obligatorisch zum Therapieprogramm:

Rückfallprävention

Gruppentherapie

Wöchentliche  
Bezugspersonen-  
gespräche

Sport

Emotionsregulation

Von den weiteren Bausteinen werden in Rücksprache mit der Bezugsperson mindestens zwei gewählt:

Begleitetes Malen

Bewegung und Spiel

Administration

ADHS-Coaching

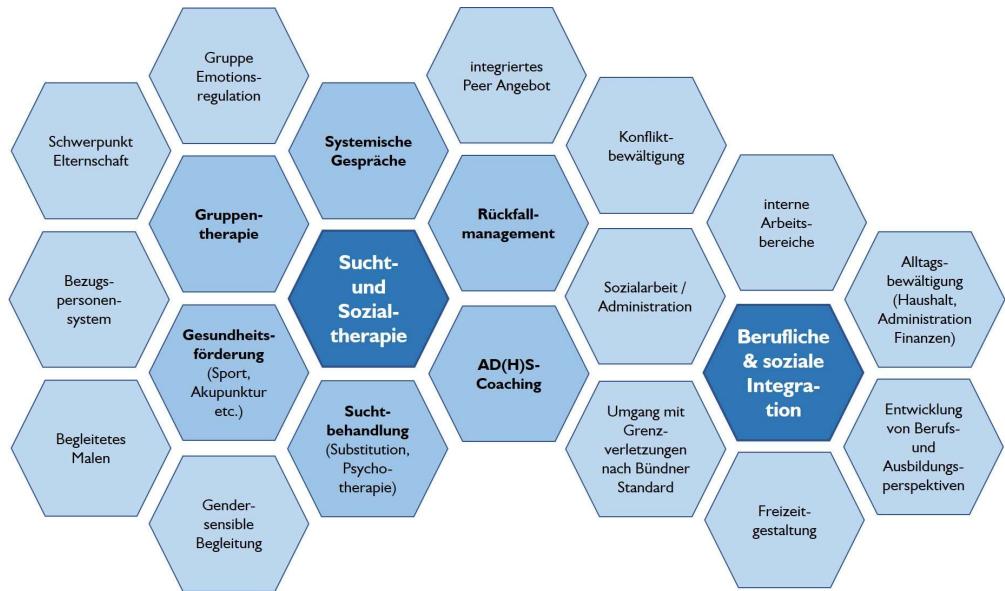
Psychotherapie -  
extern

Die gewählten Therapiebausteine sind für eine fix vereinbarte Zeitdauer verbindlich. Der Nutzen des gewählten Therapiebausteines wird anschliessend mit der Bezugsperson überprüft und entsprechend weitergeführt oder angepasst.

### **Suchtverständnis und fachliche Arbeitsweise**

Sucht als komplexes psychisch-körperliches-soziales Geschehen gründet auf verschiedenen individuellen und strukturellen Faktoren, welche in einem interdisziplinären Behandlungssetting entsprechend berücksichtigt werden.

Im sozialtherapeutischen Alltag stützen wir uns im Wesentlichen auf den lösungs- und ressourcenorientierten Ansatz und auf folgende in der Suchtarbeit bewährte Methoden und fachliche Konzepte:



**Systemische Gespräche:** lösungsorientierte Bezugspersonengespräche auf der Basis der Motivierenden Gesprächsführung unter Einbezug des sozialen Netzes und des Helfernetzes im Rahmen von Standortgesprächen

**Rückfallmanagement:** individuelle Rückfallbearbeitung, Auseinandersetzung mit Konsummustern, Risikofaktoren, Stabilitätskriterien und Konsumzielen auf Grundlage des S.T.A.R.-Programm nach Körkel/Schindler

**AD(H)S-Coaching:** für Klient:innen mit AD(H)S oder Verdacht auf AD(H)S, gezieltes Thematisieren und Reflektieren von AD(H)S-typischen Schwierigkeiten, Einüben geeigneter Bewältigungsstrategien

**Suchtbehandlung:** Kooperation mit Ambulatorium Südhang für medizinisch-psychiatrische Behandlung inkl. Substitution, externe Psychotherapie

**Administration und Sozialarbeit:** Klärung der aktuellem Situation in den Bereichen administrative Aufgaben, Finanzen, Arbeit/Ausbildung und Wohnen; Gespräche zu Themen wie Budgetplanung, Schulden, Ausbildung/Arbeit, Administration etc.; Triage und Begleitung der Klient:innen zu spezialisierten Fachstellen wie z.B. Schuldenberatung.

**Peer-Arbeit:** Unterstützung der Genesungsprozesse im Betreuungsalltag durch Begleitung und Gespräche, Einbringen der Erfahrungsexpertise

**Gendersensible Begleitung:** Erhöhung der Wirksamkeit von therapeutischen Massnahmen durch Gendersensibilität, Auseinandersetzung mit Genderaspekten wie sexuelle Identität, Sozialisation, Rollenverständnis, Unterschiede in Konsum- und Verhaltensmustern

**Schwerpunkt Elternschaft:** Besuchsmöglichkeit der Kinder in der Stiftung in den Ferien und am Wochenende, Stärkung der Übernahme elterlicher Verantwortung und der Elternkompetenzen, begleitetes Besuchsrecht

**Gesundheitsförderung:** Ernährung, Bewegung und Sport, Präventionsmassnahmen (Hepatitis-Schulung, Grippeimpfung), Umgang mit Infektionskrankheiten und Medikamenten, somatische Behandlungen beim Heimarzt, externe Psychotherapie, Akupunktur

**Individuelle Begleitung:** individueller Therapieplan mit spezifischen Schwerpunkten

**Konfliktbewältigung:** Konfliktbearbeitung von grenzverletzendem Verhalten nach Bündner Standard

**Begleitetes Malen:** dem inneren Bedürfnis sich frei auszudrücken Raum geben, Entwicklung von Selbstvertrauen, Kreativität und Intuition in der Begegnung mit dem ganz Eigenen

**Achtsamkeitsgruppe:** Ausgangspunkt und Ziel dieser Gruppe ist Präsenz, da sein und da bleiben mit allen Gefühlen, Zuständen und Umständen, die sich gerade ereignen und die Aufmerksamkeit binden, Übungen drinnen oder draussen im Gehen und Verweilen, Unterwegssein in der Natur

**Gruppentherapie:** prozessorientiert, Aufgreifen aktueller Themen der Gruppe oder von Einzelpersonen

**Interne Arbeitsbereiche:** Aufbau und Strukturierung der Arbeitsbereiche entsprechend arbeitsagogischen Grundlagen

Arbeitsbereiche: Betriebseigene Küche, Garten und Umgebung (Eigenanbau von Gemüse und Obst), Hauswirtschaft, Atelier (handgefertigte Produkte wie Lebensmittel, Schmuck, Dekoartikel)

**Bezugspersonensystem:** Bezugsperson (Fallführung), regelmässige, wöchentliche Gespräche, Begleitung in Krisensituationen wie allen anderen Fragen

**Alltagsbewältigung:** Aufbau Tagesstruktur, Erweiterung von Wohnkompetenzen, Erledigung Administration, Schuldenregulierung usw.

**Entwicklung von Berufs- und Ausbildungsperspektiven:** Erarbeitung von Ausbildungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten, Unterstützung bei der beruflichen Integration, Unterstützung in Bewerbungsprozessen Kooperationen mit verschiedenen Arbeitsintegrationsanbietern (Blaues Kreuz, Diaconis, Berufsberatung) für weitere arbeitsintegrale Massnahmen

**Freizeitgestaltung:** persönliche Freizeitplanung (z.B. durch Kurse, Sportangebote etc.), gemeinsame Aktivitäten

## Infrastruktur und Lage

suchttherapiebärn bietet in der Stadt Bern 12 Therapieplätze für von Sucht betroffene Menschen in den stiftungseigenen Liegenschaften Muristrasse 28 und Muristrasse 37 an.

- **Muristrasse 37 – Schwerpunkt Therapie:**  
Es stehen Zimmer für neueingetretene oder suchtspezifisch instabile Therapieklient:innen zur Verfügung.



- **Muristrasse 28 - Schwerpunkt Elternschaft und Paare sowie Schwerpunkt psychisch und physisch stabile Therapieklient:innen:**  
Die Zimmer sind vorwiegend für Klient:innen reserviert, die suchtspezifisch stabil oder Mütter oder Väter sind. Der Besuch der Kinder setzt das Einverständnis der zuständigen Behörden und der Erziehungsberechtigten voraus. Die Verantwortung für die Kinder liegt beim Elternteil. Der parkähnliche und kinderfreundliche Garten der stiftungseigenen Kita auf dem Gelände kann am Wochenende von Klient:innen mit ihren Kindern genutzt werden. Im gleichen Haus stehen Zimmer für Klient:innen des Betreuten Wohnens Muristrasse zur Verfügung.



## Anschlusslösungen

- **Betreutes Wohnen Muristrasse:** Nach Abschluss der Therapie ist ein Übertritt ins stiftungseigene Betreute Wohnen Muristrasse möglich. Die Klient:innen werden weiterhin durch eine Bezugsperson betreut und im Übergang zur Selbständigkeit begleitet. Ziel des Betreuten Wohnens Muristrasse ist, die in der Therapie initiierten Integrationsfortschritte nachhaltig zu unterstützen. Das Betreute Wohnen Muristrasse verfügt über ein eigenes Betreuungskonzept.
- **Nachsorge:** Alternativ zum oder anschliessend an das Betreute Wohnen Muristrasse wird eine ambulante Nachsorge angeboten. Beratungsgespräche unterstützen die Klient:innen, die in der Therapie erreichten Ziele unter Alltagsbedingungen zu festigen und mögliche Stolpersteine frühzeitig zu erkennen.

## Informationen und Kontakt

suchttherapiebärn

Stationäre Sucht- und Sozialtherapie

Muristrasse 37

CH-3006 Bern

031 352 16 55, für Platzanfragen 079 932 53 54

[st@suchttherapiebaern.ch](mailto:st@suchttherapiebaern.ch)

[www.suchttherapiebaern.ch](http://www.suchttherapiebaern.ch)

Detailliertere Informationen sind im ausführlichen Betreuungskonzept und Betriebskonzept zu finden.



**Kanton Bern**  
**Canton de Berne**