



TOWARZYSTWO POMOCY MŁODZIEŻY

Ul. Nowolipki 2, 00 - 160 Warszawa

Telefon / fax (22) 635 54 67, 887 88 05

www.tpm.free.ngo.pl

Konto Nordea Bank 70 1440 1387 0000 0000 1074 6582

Program terapeutyczny „Pomoc młodym osobom z zaburzeniami psychicznymi”

Zapraszamy osoby korzystające z pomocy psychiatrycznej w wieku 18 - 30 lat, które:

- chcą tworzyć lepsze relacje z ludźmi
- chcą lepiej radzić sobie w sprawach codziennych
- potrzebują wsparcia w powrocie do zdrowia emocjonalnego

Warunki korzystania z oferty :

- **posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym i znacznym (informacje: Miejski Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności ul. Gen Andersa 1 w Warszawie telefon: (22) 620 66 82 lub TPM : (22) 887 88 05)**
- **norma intelektualna**
- **zakwalifikowanie do programu przez psychoterapeutkę/tę i lekarkę psychiatrę TPM**

Program terapeutyczny „Pomoc młodym osobom z zaburzeniami psychicznymi” **jest skierowany do osób z problemami psychicznymi w wieku 18-30 lat, którzy posiadają orzeczenie o niepełnosprawności**

Celem projektu jest rehabilitacja odbiorców projektu zorientowana w kierunku usamodzielnienia się, zaistnienia w lokalnym życiu społecznym, nawiązania satysfakcjonujących więzi z ludźmi, dokonania zmian w postrzeganiu siebie i swoich możliwości.

Poprzez tworzenie bezpiecznego i twórczego środowiska społecznego odbiorczynie i odbiorcy projektu będą mieli możliwość uczenia się jak wyjść z izolacji, budować i utrzymywać relacje z ludźmi, odnajdywać swoje mocne strony i zasoby, rozwijać nowe umiejętności.

Działania rehabilitacyjne dla osób z problemami psychicznymi przewidziane w projekcie mają charakter terapeutyczny. Każda osoba uczestnicząca w projekcie podczas spotkań konsultacyjnych będzie mogła wraz z terapeutką/tą ustalić swój Indywidualny Plan Działania zgodnie z potrzebami osobistymi, stanem zdrowia i możliwościami projektu.

Działania będą prowadzone w siedzibie TPM w Warszawie przy ul. Nowolipki 2

W zależności od potrzeb proponujemy skorzystanie z:

- indywidualnej pomocy psychologicznej (interwencja, doradztwo, terapia)
- grupy umiejętności życiowych i społecznych
- grupy psychoterapeutycznej
- warsztatów umiejętności społecznych
- konsultacji psychologicznych, psychiatrycznych i prawnych

Grupa umiejętności życiowych i społecznych dla młodych osób (18 - 30 lat) z osobami z trudnościami w kontaktach z innymi i w codziennym funkcjonowaniu nastawiona na naukę umiejętności społecznych. Celem spotkań jest poznawanie siebie i innych, poznawanie swoich zasobów i ograniczeń, rozwój zasobów, przepracowywanie lęków, barier i trudności związanych z kontaktem z innymi ludźmi, uczenie się wyrażania



TOWARZYSTWO POMOCY MŁODZIEŻY

Ul. Nowolipki 2, 00 - 160 Warszawa
Telefon / fax (22) 635 54 67, 887 88 05
www.tpm.free.ngo.pl

Konto Nordea Bank 70 1440 1387 0000 0000 1074 6582

siebie – swoich uczuć, potrzeb, przekonań, uczenie się stawiania i obrony swoich granic. Uczestnicy będą mieli okazję do nauki radzenia sobie w życiowych sytuacjach takich jak: przygotowanie wspólne posiłku, wyjście na pocztę, do urzędu, kina, teatru, muzeum, itp.

Grupa psychoterapeutyczna dla młodych osób (18 - 30 lat) o charakterze otwartym. Grupa będzie odbywać się raz w tygodniu przez 2 godziny. Na spotkaniach grupowych będzie prowadzona praca nad zmianą doświadczanych trudności, praca w kierunku wzmacniania konstruktywnych strategii radzenia sobie z trudnymi sytuacjami na poziomie emocjonalnym i funkcjonalnym.

Warsztaty umiejętności społecznych odbywać się będą w weekend, realizowane będą w oparciu o aktywne techniki nauki: techniki Gestalt, psychodramy, scenki, pracę w małych grupach, na forum, dyskusje itp. Tematy warsztatów psychoedukacyjnych : asertywność, skuteczna realizacja celów i zadań życiowych, ja na rynku pracy

Ilość miejsc ograniczona!

Towarzystwo Pomocy Młodzieży
ul. Nowolipki 2, 00-160 Warszawa

Szczegółowe informacje i zapisy:

www.tpm.free.ngo.pl

tpm@free.ngo.pl

tel. 22 887 88 05, tel/fax 22 635 54 67

Informacje o nas

Towarzystwo Pomocy Młodzieży jest organizacją pozarządową istniejącą od 1989 roku. Jesteśmy wpisani do Kuratorium Oświaty jako Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczna – Pedagogiczna.

Naszym celem jest pomoc psychologiczna młodym osobom i rodzicom w rozwiązywaniu problemów, towarzyszenie im oraz wspieranie w trudnych sytuacjach życiowych w domu, szkole, pracy, środowisku rówieśniczym. Podejmujemy bezpośrednio, różnorodne działania terapeutyczne ukierunkowane na pełny rozwój młodego człowieka w zakresie funkcjonowania emocjonalnego i kontaktów interpersonalnych.

Zespół TPM tworzą psychoterapeuci/teki posiadający wieloletnie doświadczenie w pracy z młodymi ludźmi i ich rodzinami.

TPM od 1998 realizuje programy profilaktyczno-terapeutyczne dla osób z zaburzeniami psychicznymi. Celem ich jest zwiększenie szans na usamodzielnienie się młodych ludzi, u których diagnozowane są: depresje, nerwice, zaburzenia zachowania, emocjonalne, osobowości, psychozy, uniemożliwiające normalne funkcjonowanie społeczne.

Program jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

