Stowarzyszenie Pracownia Aktywnego Działania

„Półpiętro”  
ul. Mianowskiego 15/3  
02-044 Warszawa

[www.polpietro.org](http://www.polpietro.org)

607060662

**ZAPROSZENIE**

**Serdecznie zapraszamy uczniów i rodziców do udziału w projekcie**

**„PoMoc - wsparcie psychologiczne dla młodzieży i rodziców”**

**Wychodząc naprzeciw potrzebie wsparcia psychologicznego młodzieży oraz ich rodziców zachęcamy  
do bezpłatnego udziału w następujących działaniach:**

**1. Grupie edukacyjno-wsparciowej dla młodzieży.**

**2. Krótkoterminowej (10 spotkań) psychoterapii indywidualnej dla młodzieży.**

**3. Indywidualnych konsultacjach psychologicznych dla rodziców.**

**Spotkania będą miały miejsce przy ul. Twardej 1 w Warszawie.**

Grupa edukacyjno-wsparciowa dla młodzieży.

Zaproszenie kierowane jest do młodzieży w wieku od 14 do 18 r.ż, która ma trudności w nawiązywaniu poprawnych i bezpośrednich relacji społecznych. Oferta kierowana jest do osób, które często w warunkach szkolnych oraz poza nimi obsadzane są w rolach kozłów ofiarnych, do osób nieśmiałych, przejawiających stany lękowe, jak również do nastolatków, którzy z uwagi na problemy w nawiązywaniu kontaktów społecznych przenoszą relacje do internetu. Grupa będzie miejscem, w którym młodzi ludzie nabędą nowe umiejętności społeczne oraz poznają rówieśników borykających się z podobnymi problemami. Projekt zakłada 8 spotkań stacjonarnych oraz 3 wyjścia grupowe: ścianka wspinaczkowa, kino, escape room.

Krótkoterminowa terapia indywidualna dla młodzieży

Zaproszenie skierowana jest do nastolatków w wieku od 12 do 21 lat, którzy wymagają wsparcia indywidualnego. Odbędzie się 10 spotkań indywidualnych (sesji terapeutycznych) raz w tygodniu, każde po 50 min. Spotkania te będą okazją do przyjrzenia się młodemu człowiekowi problemom, z którymi boryka się na co dzień. Konsultacje skoncentrowane będą na szukaniu, wspólnie z klientem, najlepszych rozwiązań problemów, które utrudniają mu codzienne funkcjonowanie, takich jak m.in. zaburzenia nastroju, problemy w kontaktach społecznych, kryzysy.

Indywidualne konsultacje psychologiczne dla rodziców

Podczas spotkań skupiamy się na zwiększaniu kompetencji rodzicielskich, wspieraniu komunikacji w rodzinie, poprawieniu rozumienia potrzeb dzieci oraz radzenia sobie z emocjami u dzieci i rodziców nastolatków w wieku 12-18 lat. Konsultacje skoncentrowane będą na szukaniu, wspólnie z klientem, najlepszych rozwiązań problemów, które utrudniają mu codzienne funkcjonowanie, takich jak m.in. Zaburzenia nastroju, problemy  
w kontaktach społecznych, kryzysy, problemy wychowawcze itd. Każdy rodzic będzie miał możliwość odbycia 5 spotkań konsultacyjnych. Każde spotkanie będzie trwało 50min.

**Stowarzyszenie Pracownia Aktywnego Działania „Półpiętro”:**

Zostało zawiązane w 2011 r. przez grupę stażystów biorących udział w 2 letnim stażu prowadzonym przez Poradnię Specjalistyczną - Młodzieżowy Ośrodek Profilaktyki i Psychoterapii „MOP ”Od tego czasu naszą misją jest wspieranie szeroko pojętego rozwoju dzieci, młodzieży i dorosłych. Członkowie stowarzyszenia  
to psycholodzy, pedagodzy i psychoterapeuci mieszkający i działający w Warszawie.

Stowarzyszenie posiada duże doświadczenie w realizacji projektów polegających na pracy z młodzieżą  
i rodzicami w kierunku wspierania ich aktywności i działań psychoedukacjnych. Nasze stowarzyszenie nieprzerwanie od 2011 roku.

**Szczegółowe informacje o projekcie dostępne są na stronie:** [**http://www.polpietro.org/**](http://www.polpietro.org/) **oraz w załączonych ulotkach. W przypadku pytań proszę dzwonnic pod nr tel. 607060662.**