

**SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE
ZA ROK 2015
Z DZIAŁALNOŚCI
TOWARZYSTWA POMOCY MŁODZIEŻY**

(zgodne z Ustawą z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie
(Dz.U. z 2010 r., Nr 234, poz.1536 z późn. zm.)

Niniejsze sprawozdanie zawiera następujące informacje:

I. Cele Towarzystwa Pomocy Młodzieży

II. Realizowane programy

III. Opis działań

1. Problematyka

2. Opis pomocy indywidualnej dla młodzieży i jej opiekunów:

- a. pomoc psychologiczno - pedagogiczna
- b. konsultacje psychiatryczne
- c. porady i konsultacje prawne
- d. pomoc korespondencyjna i e – mail

3. Opis działań grupowych podejmowanych z młodzieżą i dorosłymi:

- a. zajęcia socjoterapeutyczne dla młodzieży
- b. grupy wsparcia i grupy terapeutyczne
- c. Warsztaty

4. Aktywizacja zawodowa

IV. Opis działań reklamowych dotyczących oferty programowej TPM

V. Superwizje zespołu

VI. Współpraca z innymi organizacjami i instytucjami

VII. Sposoby dokumentacji realizacji działań

VIII. Wolontariusze

IX. Ocena efektywności programów realizowanych przez TPM

Szczegółowe programy oraz sprawozdania znajdują się w siedzibie TPM

I. CELE TOWARZYSTWA POMOCY MŁODZIEŻY

Celem działalności Towarzystwa jest:

1. Niesienie pomocy, edukacja, profilaktyka i wsparcie dla dzieci, młodzieży, osób młodych i dorosłych oraz rodzin
2. Niesienie pomocy dzieciom, młodzieży, osobom młodym i dorosłym pochodzącym z rodzin dysfunkcyjnych, w tym dotkniętych problemem alkoholowym, innymi uzależnieniami lub przemocą oraz niepełnosprawnym
3. Niesienie pomocy dzieciom, młodzieży, osobom młodym, dorosłym i rodzinom zagrożonym dyskryminacją ze względu na płeć, wiek, pochodzenie społeczne, rasę, wyznanie, status materialny, orientację seksualną, niepełnosprawność
4. Wspieranie rozwoju grup zawodowych działających na rzecz dzieci, młodzieży i osób młodych

II. REALIZOWANE PROGRAMY

W 2015 roku TPM programy były realizowane przy ul. Nowolipki 2 w Warszawie.

“Prowadzenie działań psychologiczno – pedagogicznych i specjalistycznego poradnictwa rodzinnego” nr umowy nr PS/B/VI/1/405/2012-2015



Program jest finansowany przez Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy. (obejmujący okres 2012 – 2015).

Głównym celem zadania jest ochrona i promocja zdrowia w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom poprzez wzmocnienie więzi rodzinnych i kompetencji rodzicielskich oraz budowanie postaw zdrowego stylu życia i ograniczanie podejmowanych zachowań ryzykownych w wyniku prowadzenia działań psychologiczno – pedagogicznych i specjalistycznego poradnictwa rodzinnego.

Udział w zadaniu bierze młodzież, młodzi dorośli oraz rodzice – mieszkańców m. st.

WARSZAWA

Warszawy, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji życiowej, zgłaszają trudności i problemy wychowawcze, rodzicielskie, rodzinne, doświadczają kryzysu emocjonalnego oraz wymagają pomocy w ramach działań psychologiczno – pedagogicznych i specjalistycznego poradnictwa rodzinnego. Z tych względów osoby te znalazły się w grupie ryzyka związanej z uzależnieniami, ponieważ trudne sytuacje, silne emocje, stres nasilają ryzyko używania alkoholu i środków psychoaktywnych. Osoby te znajdują się często w trudnej sytuacji materialno – bytowej, w związku z tym wymagają pomocy nieodpłatnej. Cel projektu jest realizowany poprzez zapewnienie osobom z grup ryzyka dostępności do pomocy psychologiczno – pedagogicznej i poradnictwa rodzinnego. Dostępność pomocy psychologicznej i wsparcia w obliczu problemów życiowych czy kryzysu oraz objęcie kompleksową pomocą całej rodziny to najskuteczniejszy i przynoszący najbardziej trwałe efekty model profilaktyki i przeciwdziałania uzależnieniom realizowany od wielu lat w TPM przez doświadczony zespół specjalistów.

Formy pomocy są dostosowane do konkretnej sytuacji osób zgłaszających się po pomoc: pomoc psychologiczna - pedagogiczna, specjalistyczne poradnictwo rodzinne, poradnictwo i konsultacje prawne, poradnictwo i konsultacje seksuologiczne, różne formy oddziaływań grupowych - warsztaty psychoedukacyjne, zajęcia socjoterapeutyczne.



Prowadzenie działań psychologiczno-pedagogicznych i poradnictwa rodzinnego skierowanego do rodzin z problemami opiekuńczo – wychowawczymi . Nr umowy PS/B/VI/1/6/10/536/2015-2018



Okres działań: grudzień 2015r. W latach 2015 – 2018 w TPM realizujemy zadanie publiczne adresowane do rodzin – mieszkańców m. st. Warszawy, w tym w szczególności z obszarów zalecanej szczególnej koncentracji działań w poszczególnych dzielnicach, w których członkiem rodziny jest młodzież od 15 r. ż. oraz rodzice młodzieży, którzy zgłaszają trudności opiekuńczo – wychowawcze związane z problemem uzależnienia / współuzależnienia w rodzinie. Oferta skierowana jest do młodzieży w kryzysie emocjonalnym i trudnych sytuacjach życiowych i rodzinnych oraz rodziców w kwestii problemów opiekuńczo – wychowawczych.

WARSZAWA

Celem działań jest: pomoc i wsparcie w wychodzeniu z kryzysów emocjonalnych i rodzinnych; poprawa funkcjonowania psychicznego, społecznego i rodzinnego poszczególnych członków rodziny, zwłaszcza młodzieży; lepsze radzenie sobie ze stresem i trudnymi emocjami bez korzystania z alkoholu i środków psychoaktywnych; poprawa relacji i komunikacji w rodzinie, zwł. ograniczaniu konfliktów i zachowań przemocowych; edukacja w kwestii problemów okresu dojrzewania i dorastania oraz wsparcie w pomyślnym jego przejściu zarówno w wymiarze osobistym, jak i rodzinnym; rozwój kompetencji opiekuńczo – wychowawcze rodziców; wsparcie w trudnych sytuacjach rodzinno – życiowych związanych z uzależnieniem i współuzależnieniem oraz pomoc prawna w kwestii rozwiązywania trudności życiowych i rodzinnych.



„Twój czas na zdrowe życie – program dla młodzieży zagrożonej alkoholizmem i/lub przemocą z terenu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy – program współfinansowany przez Urząd m. St. Warszawy nr umowy ŚRÓ/WSZ/B/VI/1/6/10/361/2015/589/1116



WARSZAWA

Program realizowany od marca do grudnia 2015r. Celem zadania była profilaktyka i przeciwdziałanie uzależnieniom lub/i przemocą poprzez aktywizację młodzieży zamieszkującej lub przebywającej na terenie dzielnicy Śródmieście i podejmowanie różnorodnych działań ukierunkowanych na zapobieganie i ograniczenie

zachowań zagrażających zdrowiu młodzieży: promowanie zdrowego, aktywnego stylu życia, rozwijanie zainteresowań jako alternatywa dla zachowań ryzykownych, uczenie konstruktywnych form spędzania wolnego czasu – bez używek, podniesienie świadomości młodzieży na temat zachowań ryzykownych, kształtowanie prawidłowych postaw młodych dorosłych w podejmowaniu właściwych wyborów. Nasze zadanie oprócz dostarczenia rzetelnej wiedzy na temat mechanizmów uzależnienia kładło nacisk na wyuczenie najważniejszych umiejętności psychologicznych i społecznych oraz rozwój zainteresowań i konstruktywny sposób zagospodarowania czasu wolnego, ponieważ za efektywny w odniesieniu do młodzieży uznaje się psychologiczno-społeczny model profilaktyki.

Cele szczegółowe realizowane w zadaniu:

- Aktywizacja młodzieży i rozwijanie zainteresowań, nabycie umiejętności konstruktywnego spędzania wolnego czasu
- Rozwój samoświadomości: potrzeb, możliwości, umiejętności
- Wzrost umiejętności społecznych: konstruktywnej współpracy, radzenia sobie z emocjami, dobrej komunikacji
- Nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem i rozwiązywania problemów

Poszerzenie wiedzy na temat uzależnień i zachowań ryzykownych

Cele te były realizowane poprzez tworzenie konstruktywnego środowiska dla młodzieży, w ramach którego proponujemy prowadzenie następujących działań dla młodzieży i jej rodziców:

- grupowe zajęcia profilaktyczno – edukacyjne,
- grupowe zajęcia sportowo – kulturalno – artystyczne
- grupa psychoedukacyjna
- indywidualna pomoc psychologiczno – pedagogiczna dla młodzieży i rodziców,
- poradnictwo i konsultacje prawne dla młodzieży i rodziców.



Program terapeutyczny „Pomoc młodym osobom z niepełnosprawnością” nr umowy ZZB/000276/BF/D

Program realizowany w okresie styczeń – grudzień 2015 r. dla osób niepełnosprawnych w wieku 18 – 35 lat zagrożonych wykluczeniem społecznym. Program realizowany jest dzięki wsparciu finansowemu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Celem projektu jest rehabilitacja odbiorców projektu zmierzająca w kierunku usamodzielnienia się, zaistnienia w lokalnym życiu społecznym, nawiązania satysfakcjonujących więzi z ludźmi, dokonania zmian w

postrzeganiu siebie i swoich możliwości na myślenie w kategoriach „mogę”, „chcę”, „potrafię”.

Działania rehabilitacyjne dla osób z zaburzeniami 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.

- 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 i psychiatrycznych
- Warunki korzystania z oferty:
- posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności psychicznej w stopniu umiarkowanym i znacznym
 - zakwalifikowanie do programu przez psychoterapeutkę/tę i lekarzkę psychiatrę TPM
 - norma intelektualna.



W stronę samodzielności - program oparcia społecznego dla młodych osób z zaburzeniami psychicznymi umowa nr WPS.VI.946.2.73.2015

Program realizowany w okresie od 1 czerwca 2015 do 31 grudnia 2015 r.

Program „W stronę samodzielności” – program oparcia społecznego dla młodych osób z zaburzeniami psychicznymi” był skierowany do osób w wieku 15 – 30 lat zagrożonych wykluczeniem społecznym, cierpiących na zaburzenia psychiczne. Celem programu było promowanie powstawania sieci oparcia społecznego na rzecz aktywizacji społecznej i przeciwdziałania wykluczeniu osób z zaburzeniami psychicznymi oraz aktywizacja społeczna młodych osób z zaburzeniami psychicznymi poprzez prowadzenie

bezpośrednich działań w ramach programu jako jednego z elementów tej sieci. Aktywizacja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi prowadziła do zwiększenia stopnia usamodzielniania się uczestników, zaistnienia w życiu społecznym jako pełnoprawnej osoby, nawiązywania satysfakcjonujących więzi z rówieśnikami, dokonywania zmian w postrzeganiu siebie i swoich możliwości na myślenie w kategoriach: „mogę”, „potrafię”, „chcę”, powrotu do pełnienia ról społecznych.

Bezpośrednie działania miały wyposażyć uczestników w kompetencje umożliwiające pełnienie ról społecznych i osiąganie lepszej pozycji społecznej, a także zmianę istniejących stereotypów dotyczących oceny przydatności społecznej tych osób. W ramach programu prowadzimy działania o charakterze wspierającym, terapeutycznym i psychoedukacyjnym będące jednym z elementów sieci oparcia społecznego: pomoc psychologiczno – pedagogiczna indywidualna i rodzinna (terapia, konsultacje, poradnictwo, interwencje, wsparcie) oraz konsultacje psychiatryczne.



WARSZAWA

„Zapewnienie pomocy specjalistycznej osobom doznającym różnych form przemocy w rodzinie, w tym przemocy seksualnej”

nr umowy PS/B/VI/1/6/10/37/2015

Projekt prowadzony było od lutego do grudnia 2015 roku. Celem zadania było przerwanie koła przemocy w rodzinie i poprawa funkcjonowania rodzin w obszarze zdrowia psychicznego i pełnionych ról poprzez zwiększenie motywacji i umiejętności w zakresie: rozpoznawania mechanizmów przemocy, sposobów ochrony i przeciwdziałania zachowaniom przemocowym i konsekwencjom doświadczania przemocy, poprzez wzmacnianie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, umiejętności życiowych i społecznych. Program obejmował młodzież

w wieku 15 - 25 lat z rodzin dotkniętych przemocą oraz członków tych rodzin. Projekt współfinansowany w ramach Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy.



Projekt „Młodzi Aktywni”

Nr umowy: UDA-POKL.06.01.01-14-034/13-00

- Program wsparcia osób pozostających bez zatrudnienia na regionalnym - mazowieckim rynku pracy. Okres realizacji projektu: czerwiec 2014r.- czerwiec 2015r. Program Operacyjny Kapitał Ludzki, Europejski Fundusz Społeczny, Priorytet VI. Rynek pracy otwarty dla wszystkich Działanie 6.1 Poprawa dostępu do zatrudnienia oraz wspieranie aktywności zawodowej w regionie Poddziałanie 6.1.1 . Program przeznaczony dla osób niepracujących , bez doświadczenia zawodowego, w wieku 18-24 lata. Wzięły w nim udział głównie osoby o niskim statusie społecznym i materialnym, z wykształceniem gimnazjalnym, wychowankowie domów dziecka, osoby, które pozytywnie zakończyły odwyk od narkotyków i alkoholu z co najmniej 3 mies. okresem abstynencji, samotne młodociane matki, osoby wcześniej karane, klienci OPSów, osoby z niepełnosprawnością

W ramach projektu odbyło się szkolenie zawodowe: „Pracownik kancelaryjny” (150h) lub „Opiekun osoby starszej” (150h) lub „Pracownik ochrony osób i mienia bez licencji” (150h) oraz **wsparcie dodatkowe:** Warsztaty aktywnego poszukiwania pracy (40h), Trening umiejętności psychospołecznych (40h), Kurs obsługi komputera ECDL Start (80h), Pośrednictwo pracy, 6 miesięczne płatne praktyki zawodowe , indywidualne wsparcie psychologiczno-doradcze .

III. OPIS DZIAŁAŃ

1. PROBLEMATYKA

Z różnych form pomocy w TPM w 2015 roku skorzystało 472 osób

Do TPM zgłasza się z roku na rok coraz więcej młodzieży z różnymi trudnościami życiowymi. Często traktują to miejsce jako ostatnią deskę ratunku bądź jedyną szansę na poprawę swojej sytuacji życiowej. Wiele z tych osób jest gotowych postawić swoje życie na jedną kartę, są zdecydowane na wszystko: począwszy od szukania ucieczki od problemów w złudnym świecie alkoholu i narkotyków aż do prób targnięcia się na swoje życie. Wielokrotnie są to osoby, które doświadczają bądź doświadczyły w swoim życiu przemocy fizycznej bądź psychicznej, z domów, w których istnieje lub istniał problem alkoholowy, kłopoty finansowe i emocjonalne. Niekiedy nastolatki zgłaszają nadużycia seksualne, często dokonywane przez osoby z najbliższej rodziny.

Zgłaszający się do nas młodzi ludzie często przeżywają zaburzenia emocjonalne i osobowości - stany depresyjne, nerwice lękowe i vegetatywne, depresje, stany psychotyczne, mają zaburzenia odżywiania (anorexia i bulimia), myśli samobójcze, niektórzy z nich już są po próbach samobójczych i hospitalizacji. Inną kategorią problemów są problemy związane z seksualnością m. in. nie rozumienie reakcji własnego ciała związane z rozwojem psychoseksualnym w okresie dojrzewania, nieakceptowanie swojego wyglądu fizycznego, orientacja homoseksualna i biseksualna. W związku z przeżywanymi problemami młodzież często doświadcza samotności i poczucia bycia innymi, odrzuconymi przez otoczenie, co jest dla nich bardzo bolesne.

Wielu z tych młodych ludzi jest pozbawionych pomocy (np. ze strony wychowawców, przyjaciół, domu) podczas i tak trudnego okresu dojrzewania, a niektórzy ten czas mają dodatkowo wyjątkowo ciężki (np. nadużywający alkoholu rodzice, przemoc). W tej sytuacji istnieje duże prawdopodobieństwo wybrania przez nich dysfunkcyjnego wzorca postępowania czy zachowania - picie alkoholu lub zażywanie narkotyków, wiązanie się z patologicznymi środowiskami młodzieży, a w przypadku młodzieży o słabej konstrukcji psychicznej może prowadzić to do zaburzeń psychicznych, stosowania wobec innych przemocy fizycznej i psychicznej, aktów autoagresji, prób samobójczych. Ponadto młodzi ludzie w tym okresie poszukują własnego pomysłu na życie, jego sensu, kształtują swój system wartości. Dlatego ważne jest, aby ci młodzi ludzie mieli jakieś miejsce, w którym znajdą pomoc, zrozumienie i czas dorosłych życzliwych ludzi.

Dla młodzieży, która trafiła do TPM, stał się on jedynym miejscem, gdzie mogą porozmawiać o swoich problemach (spotkania indywidualne, telefon zaufania), w bezpiecznej i przyjaznej atmosferze wśród rówieśników spędzić czas (klub socjoterapeutyczny), zobaczyć, że inni też mają problemy i że można wspólnie je rozwiązywać (grupy socjoterapeutyczne, warsztaty). Korzystająca z naszej pomocy młodzież pochodzą często z ubogich rodzin, sama nie zarabia albo wskutek problemów ze sobą ma trudności w znalezieniu pracy. Dlatego ważne jest, by świadczona pomoc była bezpłatna i jak najbardziej różnorodna, a przez to dostępna dla jak największego kręgu młodych ludzi. Stąd konieczne jest istnienie jak takich miejsc jak TPM z szeroką i różnorodną ofertą programową, gdzie młodzi ludzie w trudnych sytuacjach mogli się zwrócić i uzyskać pomoc.

Do TPM zgłaszają się również zaniepokojeni rodzice nastolatków. Z trudnością przeżywają oni burzliwy okres dorastania i buntu swoich dzieci, niepokojący się ich zachowaniem, doświadczający i nie radzący sobie z eskalacją konfliktów w rodzinie. Chcemy pomóc tym rodzicom poprzez edukację dotyczącą specyfiki okresu dorastania, konstruktywnych sposobów komunikacji i rozwiązywania konfliktów między nimi a dziećmi, łagodzenie napięć występujących w relacji między nimi, pokazanie możliwości poradenia sobie z tym, co dzieje się w ich rodzinie, propozycji terapii rodzinnej w TPM lub w innych specjalistycznych placówkach.

W ramach działalności edukacyjnej Towarzystwo Pomocy Młodzieży promuje również tematykę równouprawnienia oraz przeciwdziałania dyskryminacji.

Chcemy, by dzięki naszym działaniom zgłaszający się młodzi ludzie nadal odzyskiwali wiarę w sens życia, stawiali sobie nowe i konstruktywne cele, uczyli się, jak radzić sobie z pojawiającymi się w ich życiu problemami, poznawali swoje prawa i umieli ich bronić. Stwarza im to szansę na "normalne", szczęśliwe życie i znalezienie swojego miejsca w społeczeństwie.

2. OPIS POMOCY INDYWIDUALNEJ DLA MŁODZIEŻY I JEJ OPIEKUNÓW

Młodzież zgłaszała się do TPM z różnymi problemami. W zależności od rodzaju problemu i potrzeb młodej osoby bądź rodziców kierowano ich do pedagoga lub psychologa, psychiatry, specjalisty d/s edukacji seksualnej bądź prawnika. Niekiedy zdarzało się, że jedna osoba wymagała pomocy kilku specjalistów bądź co najmniej konsultacji ich ze sobą w określonym zakresie.

A. POMOC PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNA

W ramach indywidualnych spotkań trwających około 1 godziny pomoc oferowana była młodzieży w wieku 15 - 35 lat, a także jej rodzicom i opiekunom zgłaszającym problemy wychowawcze. Pomoc przyjmowała następujące formy: konsultacje, poradnictwo, wsparcie, interwencje kryzysowe, terapia indywidualna, terapia rodzinna, edukacja w zakresie praw jednostki, profilaktyka uzależnień.

Wsparcie i pomoc psychologiczna udzielana była też osobom z zaburzeniami psychicznymi w wieku produkcyjnym w ramach programu EFS.

Młodzież zgłaszała się najczęściej z następującymi sprawami:

- brak dobrych relacji w domu lub w szkole,
- poczucie braku sensu życia i samotność,
- konflikty w rodzinie,
- zaburzenia odżywiania – anoreksja, bulimia, kompulsywne objadanie się
- uzależnienie od alkoholu kogoś bliskiego,
- stosowanie przemocy fizycznej i psychicznej przez bliskich lub kolegów,
- nie radzenie sobie ze stresem, nauką, nadmiernymi wymaganiami otoczenia,
- brak świadomości własnych potrzeb, uczuć, chęci - brak zainteresowań i celów w życiu,
- bardzo niska samoocena,
- kryzys emocjonalny w związku z partnerem,
- myśli i próby samobójcze,
- niemożność znalezienia pracy
- zaburzenia osobowości i zaburzenia psychiczne: stany nerwicowe, lękowe, psychotyczne, paranooidalne lub depresyjne itp.
- wchodzenie w destrukcyjne lub niesatysfakcjonujące relacje i trwanie w nich,
- eksperymentowanie i używanie substancji psychoaktywnych – narkotyki, alkohol itp .

Z wieloma zgłaszającymi się osobami podjęto pracę o charakterze terapeutycznym bądź wsparcia w cyklu wielu spotkań, w zależności od potrzeb i chęci zgłaszających się osób. Praca miała na celu zmiany różnych aspektów siebie: swojego zachowania, myślenia, komunikowania się z innymi, niekonstruktywnych wzorców postępowania, bądź sytuacji: przyjrzenia się sytuacji z różnych stron i możliwościom radzenia sobie z nią, uzyskiwanie wiary w swój wpływ na różne sytuacje i swoje życie itp. Ponadto podejmowano pracę wokół problemów emocjonalnych i osobowościowych, uświadamiano istotę problemu i wspólnie dochodzono do różnych możliwości konstruktywnego rozwiązania go, uczono asertywnego dbania o siebie i swoje prawa. Praca terapeutyczna miała również na celu podwyższenie samooceny i sprawczości, radzenie sobie z trudnymi emocjami, wchodzenie w zdrowe relacje z innymi ludźmi - przepracowywanie barier, lęków, uświadamianie mocnych stron, motywowanie do kontynuowania nauki przez wskazywanie szans i rodzących się możliwości itp. Odpowiednio do problemu podejmowano konieczne działania oraz wspólnie omawiano możliwości poprawy i zmiany sytuacji życiowej: podjęcie ewentualnych kroków prawnych, wskazanie możliwości w znalezieniu szkoły lub pracy.

Problemy wychowawcze, z którymi zgłaszali się rodzice lub opiekunowie swoich nastoletnich dzieci dotyczyły utraty kontaktu i niemożności porozumienia się ze swoimi dziećmi, problemów dzieci w szkole (nauka, rówieśnicy), bezradności wobec zachowań syna lub córki – ucieczki z domu, wagary, używanie przemocy, konflikty z prawem, porzucenie nauki; nierealistycznych wymagań i oczekiwań wobec dzieci, nieumiejętności dostrzegania zmieniających się potrzeb dorastających dzieci, lęków o zdrowie psychiczne dzieci, podejrzenie, że dziecko nadużywa alkoholu bądź sięga po narkotyki, wdało się w złe towarzystwo, „że przestało się słuchać” itp. Praca z rodzicami miała na ogół charakter jednorazowych konsultacji i polegała na wspólnym przyjrzeniu się sytuacji i możliwościom jej zmiany, pokazaniu konsekwencji zachowania rodziców i ich wpływu na dziecko itp. Na spotkaniach rodzice również otrzymywali wsparcie, pomoc w formie edukacji na temat rozwoju dziecka, rodziny, komunikacji, itp. Jeżeli ich trudności wymagały dłuższej pracy, rodzice byli kierowani do placówek z ofertą dla ludzi dorosłych.

Proponowano również pomoc całej rodzinie w formie wsparcia i/lub terapii rodzinnej. Jeżeli problemy osoby zgłaszającej się okazywały się mocno zakorzenione w sytuacji rodzinnej i do ich rozwiązania potrzebna była praca z całą rodziną, proponowano sesję diagnostyczną z całą rodziną oraz odpowiednio do przypadku kontraktowano się na kolejne sesje. W trakcie spotkań rodziny miały okazję przyrzeć się swojemu funkcjonowaniu, wysłuchać (często po raz pierwszy w ciszy i bez przerywania) punktu widzenia i oczekiwań wszystkich członków rodziny, nazwać funkcje objawów, nauczyć się podstawowych zasad komunikacji, ustalić zasady wspólnego funkcjonowania w domu i poza nim, określić obowiązki i prawa, itp.

W niektórych sprawach, zwłaszcza w przypadku uzależnienia od alkoholu, narkotyków czy innych substancji psychoaktywnych, młodzież kierowana była do specjalistycznych ośrodków bądź placówek, np. Poradnia na ul. Dzielnej, Monar Poradnie Profilaktyki i terapii uzależnień itp.

B. KONSULTACJE PSYCHIATRYCZNE

W ramach konsultacji psychiatrycznych, niejednokrotnie na jednym spotkaniu lekarz poświęcała czas zarówno młodemu człowiekowi, jak i jego opiekunowi - szczególnie w przypadku osób niepełnoletnich - w celu nawiązania współpracy i edukacji w zakresie choroby dzieci. Poza diagnostyką lekarz prowadziła również edukację dotyczącą chorób i zaburzeń psychicznych pacjentów oraz ich rodzin w zakresie aktywności pacjentów, możliwości nauki, zasad prowadzenia leczenia, działania leków, ewentualnych objawów ubocznych podczas stosowania leków. Podczas spotkań z młodzieżą i jej rodzicami udzielono również informacji odnośnie objawów uzależnień od środków psychoaktywnych. Ponadto psychiatra w razie potrzeby uczestniczyła w interwencjach telefonicznych i listownych oraz ściśle współpracowała z innymi osobami w zespole konsultując ich działania. Prowadziła również sesje diagnostyczne rodzin pod kątem ich uczestnictwa w terapii rodzinnej i współprowadziła spotkania terapii rodzinnej.

Najczęstsze problemy, z którymi zgłaszały się młode osoby, to:

- zaburzenia depresyjne (epizody depresji stopnia umiarkowanego),
- zaburzenia lękowe, zaburzenia z objawami wegetatywnymi, fobie społeczne, fobie z napadami lęku ;
- zaburzenia odżywiania (bulimia, anoreksja);
- uzależnienia (od środków psychoaktywnych, alkoholu);
- zaburzenia wieku adolescencji.

Niekiedy diagnozowano poważniejsze zaburzenia:

- zespoły maniakalno - depresyjne,
- zespoły urojeniowe,
- stany na pograniczu nerwicy i psychozy typu borderline,
- zaburzenia osobowości (unikające, zależne).

Dużą grupę pacjentów stanowiły osoby z trudnościami adaptacyjnymi i w kontaktach społecznych - w środowisku szkolnym, wśród rówieśników, w domu.

Młodzieży używającej narkotyków (heroina, amfetamina, inne substancje psychoaktywne), wskazywano instytucje zajmujące się problemem uzależnień.

Ponadto kierowano rodziców wraz z młodymi pacjentami do odpowiednich placówek w celu wykonania diagnostyki internistycznej oraz w przypadku zdiagnozowania poważniejszych zaburzeń pod stałą opiekę psychiatryczną w Rejonowym PZP i leczenie farmakologiczne.

Przeprowadzono także konsultacje internistyczne, które dotyczyły oceny badań diagnostycznych i stanu zdrowia pacjentek chorujących na zaburzenia odżywiania.

Konsultacje telefoniczne dotyczyły głównie nadużywania środków psychoaktywnych - m. in. ich związku z wywoływaniem zaburzeń psychicznych, ich wpływu na funkcjonowanie organizmu i stan psychiczny oraz emocjonalny, sposobów rozpoznawania u młodzieży objawów zażywania w/w środków, informacji o placówkach leczenia odwykowego itp. Pytano również o objawy chorób i zaburzeń psychicznych, zasad prowadzenia leczenia, działania leków, ewentualnych objawów ubocznych podczas stosowania leków. Część telefonów kierowanych do lekarza zawierała pytania o skuteczne sposoby antykoncepcji, a zwłaszcza o tabletki hormonalne o działaniu antykoncepcyjnym - skuteczność, wpływ na organizm, skutki uboczne, przeciwwskazania itp. Inna grupa telefonów dotyczyła kwestii możliwości zarażenia się różnymi chorobami zakaźnymi – wirusem HIV, żółtaczką, chorobami wenerycznymi itp.

C. PORADY I KONSULTACJE PRAWNE

Spotkania miały na celu przedstawienie praw i możliwości działań w oparciu o prawo rodzinne, karne, cywilne. Najczęściej poruszonymi kwestiami były: obowiązek alimentacyjny, prawo do zamieszkiwania i bycia zameldowanym, eksmisji, kierowania na przymusowe leczenie odwykowe, prawa i obowiązki osób nieletnich w trakcie postępowania karnego, uprawnienia wobec osób uzależnionych lub chorych psychicznie, zagadnienia związane z postępowaniem karnym, w sprawach o wykroczenia, postępowaniem przeciwko nieletnim, stosowanie przemocy ze strony najbliższych, problemy związane z wykorzystywaniem seksualnym. Kolejnym często pojawiającym się tematem były sprawy związane z prawem lokalowym i meldunkami. Pojawiały się również pytania związane z prawem pracy i prawami uczniów.

Porady udzielane były ustnie, świadczone również pomoc przy formułowaniu pism procesowych. Konsultacje prawne prowadzone były w ramach indywidualnych spotkań.

D. POMOC KORESPONDENCYJNA I E-MAIL

W większości adresatami były osoby nastoletnie. Głównym tematem poruszonym w listach były problemy domowe: przemoc psychiczna i fizyczna, problemy w relacjach z rówieśnikami, nieszczęśliwe zakochania, alkoholizm rodziców, odrzucenie, brak akceptacji ze strony rodziców dla wyborów dziecka, nadopiekuńczość, naruszanie prywatności dziecka, myślach samobójczych itp. Młodzi ludzie pisali o problemach z usamodzielnieniem się, brakiem wiary w siebie, z poczuciem braku wpływu na swoje życie. W wielu listach i e-mailach pojawiały się problemy w relacjach z rówieśnikami: samotność, nieumiejętność rozwiązywania konfliktów, zerwanie przyjaźni, rozstanie z dziewczyną / chłopakiem.

Oprócz wyżej wymienionych spraw poruszane były również problemy charakterystyczne dla wieku dojrzewania: wahania nastroju, pesymizm, krytycyzm, poszukiwanie tożsamości, poczucie beznadziei, braku miłości, czym jest samobójstwo, pierwsza miłość.

Odpowiedzią na listy było okazanie zrozumienia, akceptacji, że osoby piszące nie są same z tymi problemami, że inne osoby w ich wieku stają wobec podobnych trudności i pytań. W zależności od potrzeb i od problemu piszący otrzymywali również poradę - różne możliwości podejścia do problemu, wyjaśnienie przyczyn, przebiegu wydarzeń, podkreślanie podmiotowości, prawa do decydowania o sobie i swoim życiu. Jeżeli sytuacja młodej osoby była szczególnie ciężka, podkreślano konieczność poszukania pomocy psychologicznej czy psychiatrycznej w miejscu zamieszkania. Przedstawiano również możliwości podjęcia kroków prawnych lub prosono o więcej informacji, gdy problem był niejasny.

3. OPIS DZIAŁAŃ GRUPOWYCH PODEJMOWANYCH Z MŁODZIEŻĄ

A. ZAJĘCIA SOCJOTERAPEUTYCZNE DLA MŁODZIEŻY

1. Zajęcia socjoterapeutyczne

Zajęcia socjoterapeutyczne skierowane do młodzieży w wieku 15 – 20 lat zamieszkałej na terenie Miasta st. Warszawy. Spotkania realizowane były w oparciu o aktywne techniki pracy z grupą, które inicjują jak najwięcej interakcji, kontaktów i doświadczeń między uczestnikami, co jest podstawą nabywania nowych umiejętności psychospołecznych i korygowania wyuczonych niekonstruktywnych schematów zachowań, myślenia, funkcjonowania. Dzięki temu uczestnicy mogą lepiej się poznać, podzielić doświadczeniami, wspierać oraz budować i rozwijać relacje z innymi, korzystać nawzajem ze swojej wiedzy i doświadczeń, uczyć się nowych sposobów spędzania czasu oraz rozwijać siebie i swoje zainteresowania przy wsparciu „mądrych dorosłych”. Ważna jest różnorodność form i działań, bo to przyciąga i angażuje młodzież oraz powoduje spontaniczne zmiany w jej funkcjonowaniu – przykładowe formy: zajęcia tematyczne (radzenie sobie ze stresem i trudnymi emocjami, emocje – rozpoznawanie i przeżywanie, trening umiejętności społecznych – np. zachowania asertywne, konstruktywna krytyka, alkohol i narkotyki - psychoedukacja), rozmowy o aktualnych trudnościach uczestników, mini – warsztaty, gry i zabawy psychoedukacyjne, scenki, praca w małych grupach, na forum, dyskusje, zajęcia rozwijające twórcze myślenie, odkrywające wrażliwość, uczące wyrażania siebie, zdobywania samoświadomości. Taka forma pracy z młodzieżą jest skuteczną formą w profilaktyce uzależnień, uczy konstruktywnych relacji z innymi, daje oparcie i służy trzeźwemu i odpowiedzialnemu wchodzeniu w dorosłość w grupie rówieśników. Prowadzenie bieżącej dokumentacji m. in. list odbiorców, konspekty zajęć.

Spotkania były prowadzone przez 2 osoby: psychologów i/lub pedagogów

2. Zajęcia profilaktyczno – edukacyjne w ramach grupy

Grupowe zajęcia tematyczne dla młodzieży. Profilaktyka i rozwój osobisty w grupie dla młodzieży zamieszkałej lub/i uczącej się na terenie dzielnicy Śródmieście mająca na celu: naukę i ćwiczenie umiejętności niezbędnych do zdrowego funkcjonowania w zakresie komunikowania się i kontaktów z innymi ludźmi, konstruktywnego wyrażania siebie, swoich potrzeb, uczuć i przekonań, nabierania pewności siebie i spontaniczności, pobudzania zainteresowań, tworzenie możliwości atrakcyjnego spędzania czasu wolnego. Spotkania realizowane były w oparciu o aktywne techniki pracy z grupą, które inicjują jak najwięcej interakcji i kontaktów między uczestnikami, co jest podstawą nabywania nowych umiejętności psychospołecznych. Dzięki temu uczestnicy mogą lepiej się poznać, podzielić doświadczeniami, wspierać oraz budować i rozwijać relacje z innymi, korzystać nawzajem ze swojej wiedzy i doświadczeń.

Zajęcia grupowe - profilaktyczno - edukacyjne były ważną formą pracy z młodzieżą w profilaktyce uzależnień. Dzięki systematycznym spotkaniom młodzież nawiązywała relacje zarówno z prowadzącymi jak również z innymi uczestnikami, mogła liczyć na pomoc i wsparcie w różnych sprawach dotyczących ich codziennego życia, w sytuacjach kryzysowych, podejmowania decyzji itp. Grupowa forma zajęć sprawiała, że młodzież nawzajem inspirowała się i wzmacniała w trzeźwym życiu, stwarzała okazję do tworzenia przestrzeni do konstruktywnej współpracy, aktywności społecznej, radzenia sobie z emocjami, dobrej komunikacji, wszechstronnego rozwoju.

Przykładowe formy: zajęcia tematyczne, warsztaty, scenki, praca w małych grupach, na forum, dyskusje. Przykładowe tematy: jak radzić sobie z własnymi i cudzymi uczuciami (m.in. agresją i złością), jak stawiać innym granice, czyli mówić „nie”, co wpływa na dobre i złe kontakty z rówieśnikami, jak konstruktywnie rozwiązywać konflikty, jak bawić się bez alkoholu.

Spotkania w ramach zajęć profilaktyczno – edukacyjnych były prowadzone przez osoby zajmujące się profilaktyką uzależnień i posiadające doświadczenie w prowadzeniu zajęć z profilaktyki uzależnień dla młodzieży. Prowadzona była dokumentacja m. in. listy uczestników.

B. GRUPY WSPARCIA I GRUPY TERAPEUTYCZNE

W 2015 roku odbywały się grupy dla młodzieży i dorosłych w ramach zamkniętego i otwartego cyklu spotkań.

Grupy skierowane do osób z niepełnosprawnością w wieku 18-35 lat (PFRON):

Grupa Rozwoju umiejętności życiowych i społecznych dla osób w wieku 18-35 lat w ramach programu PFRON

Dwie grupy terapeutyczne dla osób w wieku 18-35 lat (PFRON)

Dwie grupy wsparcia dla osób w wieku 18-35 lat (PFRON)

Grupy przeznaczone były dla osób zgłaszających problemy dotyczące trudności w kontaktach z innymi i problemami w relacjach interpersonalnych.

Głównym problemem zgłaszanym przez uczestników/uczestniczki grupy było poczucie osamotnienia, nieumiejętność nawiązywania relacji z ludźmi, brak wytrwałości w podejmowanych zadaniach, zwłaszcza w sytuacjach kiedy

wymagane były kompetencje społeczne, nierealistyczne oczekiwania i wymagania w stosunku do innych, negatywne przewidywania, silny lęk przed oceną i odrzuceniem, bierność. Powoduje to rozliczne frustracje związane z kontaktem z innymi, wycofywanie się z nich, agresję, jak i trudności w szkole, pracy, rodzinie itp. Cykl spotkań pozwolił na pracę terapeutyczną w grupie wokół problemów emocjonalnych w relacjach z innymi i trudności interpersonalnych uczestników; Na grupie mieli możliwość w oparciu o środowisko rówieśników lepszego poznania siebie, sprawdzenia, co ułatwia, a co utrudnia kontakty z nimi, pokonania swoich ograniczeń w kontaktach z rówieśnikami (m.in. lęk przed innymi, brak zaufania), nauczenia się konstruktywnego wyrażania siebie – swoich potrzeb, uczuć i przekonań, ćwiczenie konkretnych zachowań w obrębie zgłaszanych trudności, dzielenie się swoimi problemami i frustracjami, planowania i osiągania ważnych celów w życiu.

Innym ważnym tematem pracy grupowej było omówienie sytuacji związanej z chorobą: jak choroba wpływa na ich życie, gdzie mogą szukać oparcia i pomocy, czy można ujawnić objawy lub zaburzenia funkcjonowania, jakie czynniki mają wpływ na efekt leczenia.

Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy w wieku 18-25 lat. (Urząd Miasta St. Warszawy)

Na grupie uczestnicy mieli możliwość w oparciu o środowisko rówieśników podzielić się swoimi problemami i frustracjami, często po raz pierwszy opowiedzieć o swojej trudnej sytuacji, dostać wsparcie w doznanych krzywdach w przeszłości, zobaczyć, że inni przeżywają podobnie tą trudną sytuację, że mają podobne doświadczenia, co pozbawia poczucia inności, gorszości i izolacji, zdobyć wiedzę na temat choroby alkoholowej oraz jej konsekwencji dla bliskich i siebie, określić siebie na tle rodziny. Na grupie niezwykle istotna była praca wokół bycia ofiarą przemocy w rodzinie, edukacja w kierunku wzmacniania własnych konstruktywnych strategii radzenia sobie z tymi sytuacjami na poziomie emocjonalnym i funkcjonalnym, uzyskiwanie wiedzy dotyczącej specyfiki funkcjonowania rodziny dysfunkcyjnej.

Grupa rozwoju osobistego i wsparcia dla osób w wieku 18-25lat zamieszkałej lub/i uczącej się na terenie dzielnicy Śródmieście (Urząd Miasta stołecznego warszawy, Dzielnica Śródmieście)

Cykl spotkań w grupie zamkniętej nastawiony był na pracę wokół problemów emocjonalnych w relacjach i umiejętności interpersonalnych uczestników; młodzież miała okazję w bezpieczny sposób uświadomić sobie i przełamywać nieśmiałość i napięcie w kontaktach, poprzez zetknięcie się z osobami o podobnych trudnościach pozbywać się poczucia inności, nieadekwatności, biorąc udział w grupowych ćwiczeniach i techniki odkrywać swoją spontaniczność, poczuć się swobodnie. Zajęcia grupowe to tworzenie przestrzeni do konstruktywnej współpracy, aktywności społecznej. Na grupie była okazja określić siebie, swoje potrzeby; sprawdzić, co ułatwia a co utrudnia kontakty z nimi, poznać swoje mocne strony oraz własne prawa i prawa innych jako punkt wyjścia do przyjmowania postawy „ja jestem ok – ty jesteś ok”; nauczyć się konstruktywnego wyrażania siebie – swoich potrzeb, uczuć i przekonań; ćwiczyć konkretne zachowania w obrębie zgłaszanych trudności; wypowiadać się i zostać wysłuchanym; skonfrontować nierealistyczne oczekiwania i wymagania w stosunku do siebie, innych. Dzięki udziałowi w grupie uczestnicy mogli odważniej i bardziej świadomie myśleć o swoich możliwościach, planować konkretne działania, odnaleźć swoje mocne strony, lepiej radzić sobie z trudnościami oraz nauczą się stawiać sobie adekwatne i konstruktywne cele, opierać się destruktywnemu wpływowi innych. Grupa dawała im oparcie oraz służyła trzeźwemu i odpowiedzialnemu wchodzeniu w dorosłość. Prowadzona była dokumentacja m. in. listy odbiorców, przyjmowanych osób np. konspekty zajęć. Spotkania były prowadzone przez 2 psychologów

C. WARSZTATY

W ramach oferty programowej TPM młodzież, dorośli i rodzice mogli wziąć udział w warsztatach. Warsztaty miały formę spotkań jedno - lub dwudniowych.

1. Warsztaty adresowane do młodych ludzi miały charakter edukacyjno-profilaktyczny, rozwoju umiejętności społecznych o tematyce nawiązującej do profilaktyki uzależnień i zdrowego stylu życia. Przykładowe tematy warsztatów:

- Emocje. Ich ważna rola w życiu, jak je okiełznać, wyrażać, jak je wykorzystywać żeby lepiej żyć.
- Asertywność: co to jest?, jak być asertywnym, Jak być sobą w kontakcie z innymi a nie agresywnym czy uległym, wyrażanie swoich poglądów w grupie, mówienie „nie” itp.
- Sztuka rozmowy. Komunikacja i konflikty, jak nawiązywać relacje, jak rozmawiać i uważnie słuchać, komunikacja werbalna i niewerbalna, rozwiązywanie konfliktów.
- Odkryj swój twórczy potencjał. Poznawanie siebie poprzez twórcze działanie.
- Profilaktyka uzależnień - Co pociąga w narkotykach, alkoholu i Internecie? Dlaczego używki wydają się atrakcyjne? Czy wiem co to jest uzależnienie? Czy każdy może się uzależnić?
- Komunikacja i konflikty (jak nawiązywać relacje, jak rozmawiać i uważnie słuchać, komunikacja werbalna i niewerbalna, rozwiązywanie konfliktów – mediacje.
- Ja i moje mocne strony: wokół poczucia wartości, jak dbać o dwoje uczucia i potrze planowanie dalszej współpracy z odbiorcami programu.
- „Chcę - mogę – potrafię – działam” warsztaty uczące zaradności życiowej i aktywności

Warsztaty profilaktyczno - edukacyjne dla młodzieży zamieszkałej lub/i uczącej się na terenie dzielnicy Śródmieście

Odbyły się 2 warsztaty o tematyce nawiązującej do problematyki uzależnień/zachowań przemocowych i zdrowego stylu życia,

- „**Jak radzić sobie ze stresem i trudnymi emocjami**”

Zdrowe życie to również umiejętność konstruktywnego radzenia sobie ze stresem i trudnymi emocjami. Młodzież często gromadzi w sobie trudne emocje i napięcie emocjonalne, co może stać się powodem do szukania łatwego sposobu ich redukcji - picie alkoholu, narkotyki, zachowania agresywne. Warsztat miał na celu zdobycie wiedzy o tym, czym jest stres, jak wpływa on na funkcjonowanie. Młodzież uświadomiła sobie, jakie stresse wiążą się z ich etapem rozwoju i jakie stresse on ze sobą niesie, jakie ma nawyki reagowania na stresory, uczyła się konstruktywnych strategii radzenia sobie ze stresem, oraz możliwości jego odreagowania (sport, spacer, wsparcie innych, odpoczynek), uczyła się planowania jak rozwiązać problem, dzięki pracy nad konkretnymi sytuacjami w grupie doświadczała adekwatnego poczucia wpływu, wzmacniało to samoocenę uczestników określając jej potrzeby, aspiracje i osobiste możliwości.

Prowadzona była dokumentacja m. in. listy uczestników, ankiety ewaluacyjne. Spotkania były prowadzone przez 2 osoby: psychologów i/lub pedagogów

Ponadto odbywały się warsztaty dla rodziców:

2. **Warsztaty dla rodziców** miały na celu wsparcie ich w kompetencjach wychowawczych. Dzięki udziałowi w grupie osób z podobnymi problemami rodzice mieli możliwość podzielić się swoimi problemami i frustracjami, zobaczyć, że inni rodzice przeżywają podobnie trudne sytuacje, co pozbawia poczucia inności i izolacji, zdobyli wiedzę na temat zachowań sprzyjających dobremu porozumiewaniu się z dziećmi, rozwiązywaniu konfliktów, wspieraniu dzieci w trudnych momentach dorastania, oddzielania problemów osobistych od trudności wynikających z bycia rodzicem, motywacji do pracy nad sobą.

Na warsztatach dla rodziców, których dzieci mają zdiagnozowane zaburzenia odżywiania, omawiano zagadnienia związane z objawem, jakim są problemy bulimii czy anoreksji – rodzice otrzymali rzetelną wiedzę na temat mechanizmów fizjologicznych, psychicznych i emocjonalnych charakterystycznych dla tej grupy zaburzeń. Mieli też okazję przyjrzeć się, jaki wpływ na funkcjonowanie ich dzieci ma sytuacja rodzinna, jak zachowuje się każdy członek rodziny i co można zrobić, jakie kroki podjąć w kierunku zmiany tej sytuacji w rodzinie, aby nie podtrzymywać objawu.

4. AKTYWIZACJA ZAWODOWA

Pośrednictwo pracy i płatne praktyki zawodowe wspomagające wejście na rynek pracy dla osób w wieku 18 – 24 lata (EFS)

Płatne, sześciomiesięczne praktyki dla beneficjentów programu „Młodzi Aktywni”, mające na celu zdobycie (często pierwszego) doświadczenia zawodowego. Praktyki powiązane były z kursami zawodowymi, które beneficjenci wcześniej ukończyli. Efektem odbytych praktyk było podjęcie udokumentowanej pracy u ponad połowy beneficjentów.

I. OPIS DZIAŁAŃ REKLAMOWYCH DOTYCZĄCYCH OFERTY PROGRAMOWEJ TPM

W 2015 roku promowaliśmy działalność TPM poprzez zamieszczanie informacji na stronie internetowej i jej aktualizowanie, informacje o TPM na facebooku, na tablicy informacyjnej w siedzibie TPM oraz poprzez rozsyłanie ulotek reklamowych z ofertą programową opisującą działalność do szkół ponadpodstawowych, poradni, ośrodków, organizacji w Warszawie, komisji dialogu społecznego itp.

Ponadto informacje o działalności i źródłach jej finansowania reklamowano na rozlicznych szkoleniach, konferencjach i spotkaniach, w których brali udział przedstawiciele TPM, w prośbach o dotacje do urzędów, fundacji, przedstawicieli biznesu i firm, informacji w gablocie reklamowej w TPM itp.

Wydaliśmy również nowe ulotki i broszury reklamowe nt działalności TPM oraz poszczególnych programów (EFS, PRFON). Kontynuowano również wcześniejsze działania reklamowe:

utrzymujemy stały kontakt z psychologami i pedagogami szkolnymi;

informacja w INTERNECIE: <http://tpm.org.pl> oraz profil na Facebook.

informacja o TPM znajduje się w Informatorze wydany przez Urząd M. St. Warszawy .

Przeprowadziliśmy również „AKCJĘ 1% dla TPM”- akcję informacyjno reklamową związaną ze zbieraniem 1% podatku na rzecz organizacji pożytku publicznego: wydano ulotki, gadzety reklamowe, rozsyłano maile, akcja rozdawania ulotek i gadzetów reklamowych na ulicy oraz w kilku szkołach i przedszkolach.

V. SUPERWIZJE ZESPOŁU

Pracownicy uczestniczyli w superwizjach zespołu pracowników i wolontariuszy, podczas których konsultowano działania zespołu w ramach projektów, koordynowano działania różnych specjalistów pracujących w TPM, omawiano trudne sprawy dotyczące pomocy młodym osobom i ich rodzinom.

Ponadto kilka osób z zespołu pracowników Towarzystwa Pomocy Młodzieży brało udział w indywidualnych szkoleniach zawodowych i dodatkowych superwizjach.

VI. WSPÓŁPRACA Z INNYMI ORGANIZACJAMI I INSTYTUCJAMI

Towarzystwo Pomocy Młodzieży w roku 2015 r. współpracowało z następującymi instytucjami, organizacjami i ośrodkami: pod względem finansowym i rzeczowym dotowali nas:

Urząd m. st. Warszawy – Biuro Pomocy i Projektów Społecznych

Urząd Dzielnicy Śródmieście

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej

Mazowiecki Urząd Wojewódzki

Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego

Program Operacyjny Kapitał Ludzki ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego na podstawie umowy zawartej z Województwem Mazowieckim

Wojewódzki Urząd Pracy

Pod względem merytorycznym współpraca zależy od rodzaju i form działalności tych organizacji i najczęściej polega na reklamowaniu prowadzonych działań, wymianie oferty programowej, pilotowaniu spraw klientów, wymianie różnych grup klientów w zależności od ich problemów, potrzeb, wieku itp. udziale w organizowanych spotkaniach i konferencjach; w tym zakresie współpracujemy z:

Mazowieckim Kuratorium Oświaty

Biurem Obsługi Ruchu Inicjatyw Samopomocowych BORIS

Wydziałem d/s Rodziny i Nieletnich Sądu Najwyższego

Dzielnicowymi Ośrodkami Pomocy Społecznej

Komisja Dialogu Społecznego ds przeciwdziałania alkoholizmowi przy Urzędzie Miasta St. Warszawy

Dzielnicowa Komisja Dialogu Społecznego w Dzielnicy Śródmieście

Komisja Dialogu Społecznego ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy Urzędzie Miasta St. Warszawy

Stowarzyszeniem OD – DO
Fundacją CEL
Komitetem Ochrony Praw Dziecka
OPTA
MOP-em i Fundacją Bene Vobis
Stowarzyszeniem „Otwarte Drzwi”
Fundacją „Dzieci Niczyje”
Stowarzyszeniem ASLAN
Powiślańską Fundacją Społeczną
Stowarzyszeniem Lambda W-wa
Monarem
Poradnią TOP
Akademią Rozwoju i Terapii „Pozytywna Przestrzeń”
szkołami ponadpodstawowymi, pedagogami i psychologami szkolnymi
Poradniami Psychologiczno - Pedagogicznymi
Centrum Praw Kobiet
Federacją na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny
Feminoteka
Poradniami Profilaktyki i Terapii Uzależnień
Poradniami Rodzinnymi
i innymi.

VII. SPOSOBY DOKUMENTACJI REALIZOWANYCH PROGRAMÓW I DZIAŁAŃ

Działalność Towarzystwa Pomocy Młodzieży odbywa się zgodnie ze Statutem Towarzystwa Pomocy Młodzieży, standardami Polskiego Towarzystwa Psychologicznego oraz Kuratorium Oświaty dla niepublicznych poradni psychologiczno – pedagogicznych. Programy są ponadto realizowane zgodnie ze standardami i wymaganiami określonymi w umowach dotacyjnych.

Dokumentację realizowanego zadania stanowią na bieżąco prowadzone do wewnętrznego użytku TPM opisy każdej interwencji dokonywanej w TPM:

- każdy telefon jest odnotowywany w karcie interwencji (kto dzwonił, w jakim wieku, z jakim problemem, jaka pomoc została udzielona).
- każda osoba ma prowadzoną tzw. kartę interwencji klienta, w której każda konsultacja u specjalisty, spotkanie u psychologa lub pedagoga jest opisywane - przebieg spotkania, tematyka, podjęte działania, wnioski
- z każdego spotkania grupowego robione jest sprawozdanie
- każda porada przez e-mail czy listowna jest odnotowywana w dokumentacji
- każda porada czy interwencja z osobą przychodzącą z ulicy jest zapisywana w odpowiedniej fiszce.

Ponadto podsumowanie działalności, rozliczanie z realizowanych programów jest omawiane na zebraniach zespołu i opisywane w sprawozdaniach:

- w zależności od wytycznych ustalonych w umowach o dotacje sporządzane są okresowe sprawozdania z działalności TPM i poszczególnych programów;
- co roku sporządzane jest merytoryczne i finansowe sprawozdanie z działalności TPM i realizacji poszczególnych programów.

VIII. WOLONTARIUSZE-SPECJALIŚCI

W działalność stowarzyszenia włączeni są wolontariusze. Ich role zależą od możliwości i chęci zainteresowanych osób. Działania merytoryczne podejmują w ramach praktyk i staży ci wolontariusze, których kierunek studiów i odpowiednie kwalifikacje umożliwiają tego typu społeczną pracę. Umożliwiamy prowadzenie samodzielnych procesów terapeutycznych z aktualnymi beneficjentami projektów terapeutom, którzy kończą drugi rok szkolenia podyplomowych kursów psychoterapii. W ramach praktyk umożliwiamy kontakt z osobami zainteresowanymi pomocą, konsultujemy je oraz dobieramy pod kątem możliwości i gotowości, zapewniamy warunki do regularnego prowadzenia sesji, organizujemy i moderujemy interwizje umożliwiające bieżące omawianie postępów oraz trudności w praktykowaniu psychoterapii i pomocy psychologicznej.

TPM umożliwia również odbywanie praktyk studenckich zainteresowanym osobom. Poza tym wiele osób podejmuje różne działania organizacyjne: reklamowanie TPM, organizowanie spotkań integracyjnych, drobne prace remontowe i porządkowe na rzecz stowarzyszenia. Ponadto TPM umożliwia zainteresowanym studentom odbywanie praktyk studenckich i zdobywanie praktycznych umiejętności pracy w zawodzie.

IX. OCENA EFEKTYWNOŚCI PROGRAMÓW REALIZOWANYCH PRZEZ TPM

Dla wielu młodych osób korzystających z różnorodnych działań w ramach oferty naszych programów TPM był jedynym miejscem, gdzie mogli porozmawiać o swoich problemach (spotkania indywidualne, telefon zaufania), w bezpiecznej i przyjaznej atmosferze wśród rówieśników spędzić czas (klub socjoterapeutyczny), zobaczyć, że inni też mają problemy i że można wspólnie je rozwiązywać (grupy socjoterapeutyczne, warsztaty). Dzięki naszym działaniom zgłaszający się młodzi ludzie odzyskują wiarę w sens życia, stawiają sobie nowe i konstruktywne cele, uczą się, jak radzić sobie z pojawiającymi się w ich życiu problemami, poznają swoje prawa i uczą się ich bronić. Stwarza im to szansę na "normalne", szczęśliwe życie i znalezienie swojego miejsca w społeczeństwie.

W związku z tym efekty realizacji prowadzonych w TPM programów, a w ich ramach działań profilaktyczno-terapeutycznych oceniamy jako zadowalające i pozytywne. Uczestnicy: poprawili swój stan emocjonalny i psychiczny oraz funkcjonowanie społeczne, zrezygnowali z korzystania z destrukcyjnych sposobów radzenia sobie z problemami (np. alkohol, narkotyki, przemoc) na rzecz innych konstruktywnych, nauczyli się asertywnego dbania o siebie i swoje prawa, nabywali nowe, konstruktywne sposoby zachowań, umiejętności podejmowania wspólnych decyzji, korzystali z potencjału grupy rówieśników w rozwiązywaniu różnych trudności życiowych, udoskonaliли umiejętności interpersonalne, nauczyli się przyjemnego i twórczego spędzania wolnego czasu bez używek, uzyskali wiedzę dotyczącą choroby alkoholowej i mechanizmów uzależnień. Bezpośrednie zmiany wyrażają się m. in.

kontynuowaniem przerwanej nauki, poprawą relacji w rodzinach, z nauczycielami, nawiązywaniem trwałych i satysfakcjonujących relacji z rówieśnikami, chęcią działania, poprawą stanu psychicznego i emocjonalnego, podwyższeniem samooceny, większą samodzielnością. Część z tych osób w późniejszym swoim życiu staje się wolontariuszami w różnych organizacjach pomocowych, studiuje kierunki społeczne, pracuje w zawodzie „pomagacza”.

Dzięki naszym działaniom zyskują zarówno pojedyncze osoby (uczestnicy programu i ich otoczenie) jak i w szerszym wymiarze społeczeństwo zyskując zadowolonych, świadomych, tolerancyjnych dla inności obywateli gotowych działać na rzecz innych, mogących tworzyć zdrowe rodziny i wychowywać zdrowe nowe pokolenia. Co więcej maleje ryzyko, że osoby te w późniejszym życiu dołączą do grona ludzi dotkniętych różnymi patologiami: alkoholizmem, narkomanią, chronicznymi chorobami psychicznymi, bezrobociem, bezdomnością i rozpowszechnianiem tych patologii w swoich przyszłych rodzinach, a co za tym stoi, że m. In. będą zdani na opiekę państwa.

Efekty te oceniono na podstawie rozmów z uczestnikami i ich rodzicami, obserwacji i pracy specjalistów w zakresie zmian w osobach, którymi się zajmowali, przeprowadzonych ankiet ewaluacyjnych po prowadzonych grupach i warsztatach, superwizji itp.

Nazwa wnioskodawcy: Towarzystwo Pomocy Młodzieży

Siedziba i adres: Polska, 00-160 Warszawa, ul. Nowolipki 2,

Data wpisu do rejestru, nr w rejestrze: 11.05.2001, 0000009830

Dane dotyczące członków organów wnioskodawcy:

Zarząd Stowarzyszenia:

1. Prezeska Zarządu: Ewa Starzyk
2. Wiceprezeska Zarządu: Anna Grażyna Przeradzka,
3. Członek Zarządu: Katarzyna Anna Czyżewska,
4. Członek Zarządu: Renata Małgorzata Pijarowska,
5. Członek Zarządu: Monika Szeliga

Określenie celów statutowych z podziałem na działalność nieodpłatną i odpłatną:

a) działalność nieodpłatna pożytku publicznego

- Prowadzenie poradnictwa specjalistycznego i konsultacji z zakresu pomocy psychologicznej, pedagogicznej, prawnej, psychiatrycznej i seksuologicznej;
- Pozostała działalność w zakresie opieki zdrowotnej, gdzie indziej niesklasyfikowana – prowadzenie poradnictwa psychiatrycznego, seksuologicznego oraz psychoterapię indywidualną, grupową, rodzinną i par;
- Poradnictwo prawne;
- Wsparcie, edukację, interwencję kryzysową, socjoterapię, profilaktykę, doradztwo;
- Organizowanie i prowadzenie szkoleń, treningów, grup, warsztatów, spotkań edukacyjno-informacyjnych;
- Wspieranie rozwoju zawodowego młodzieży i osób młodych oraz dorosłych;
- Organizowanie wykładów, konferencji i seminariów naukowych, odczytów oraz sympozjów związanych tematycznie z celami Towarzystwa;
- Organizowanie wyjazdów i obozów treningowych oraz terapeutycznych dla dzieci, młodzieży i rodziców;
- Organizowanie i prowadzenie akcji charytatywnych, kulturalnych i społecznych;
- Stosowanie alternatywnych form rozwiązywania konfliktów w tym prowadzenie postępowań mediacyjnych;
- Prowadzenie działalności informacyjnej, wydawniczej i kolportażowej wg obowiązujących przepisów;
- Działalność szkoleniową z zakresu psychologii, pedagogiki i prawa;
- Współpracę z osobami, organizacjami oraz instytucjami o podobnych celach działania;
- Promocję i organizację wolontariatu;
- Inicjowanie i animowanie organizacyjnych form aktywności społecznej młodzieży na rzecz siebie i swoich rówieśników w zakresie rozwoju osobistego, ze szczególnym uwzględnieniem działań związanych z osiągnięciem stanu pełnego zdrowia (psychika, ciało i kontakty interpersonalne);
- Wspieranie przez osoby dorosłe młodzieży w podejmowanych przez nią działaniach;
- Podejmowanie w środowiskach młodzieżowych działań profilaktycznych chroniących szeroko rozumiane zdrowie młodego pokolenia;
- Udzielanie profesjonalnej pomocy w rozwiązywaniu życiowych problemów młodzieży.

b) działalność odpłatna pożytku publicznego

- Prowadzenie poradnictwa specjalistycznego i konsultacji z zakresu pomocy psychologicznej, pedagogicznej;
- Pozostała działalność w zakresie opieki zdrowotnej, gdzie indziej niesklasyfikowana – prowadzenie poradnictwa psychiatrycznego, seksuologicznego oraz psychoterapię indywidualną, grupową, rodzinną i par;
- Poradnictwo prawne;
- Wsparcie, edukację, interwencję kryzysową, socjoterapię, profilaktykę, doradztwo;
- Organizowanie i prowadzenie szkoleń, treningów, grup, warsztatów, spotkań edukacyjno-informacyjnych;
- Wspieranie rozwoju zawodowego młodzieży i osób młodych oraz dorosłych;
- Organizowanie wykładów, konferencji i seminariów naukowych, odczytów oraz sympozjów związanych tematycznie z celami Towarzystwa;
- Organizowanie wyjazdów i obozów treningowych oraz terapeutycznych dla dzieci, młodzieży i rodziców;
- Stosowanie alternatywnych form rozwiązywania konfliktów w tym prowadzenie postępowań mediacyjnych;
- Prowadzenie działalności informacyjnej, wydawniczej i kolportażowej wg obowiązujących przepisów;
- Działalność szkoleniową z zakresu psychologii, pedagogiki i prawa;
- Inicjowanie i animowanie organizacyjnych form aktywności społecznej młodzieży na rzecz siebie i swoich rówieśników w zakresie rozwoju osobistego, ze szczególnym uwzględnieniem działań związanych z osiągnięciem stanu pełnego zdrowia (psychika, ciało i kontakty interpersonalne);
- Wspieranie przez osoby dorosłe młodzieży w podejmowanych przez nią działaniach;
- Podejmowanie w środowiskach młodzieżowych działań profilaktycznych chroniących szeroko rozumiane zdrowie młodego pokolenia;
- Udzielanie profesjonalnej pomocy w rozwiązywaniu życiowych problemów młodzieży.

Informacje na temat prowadzenia działalności gospodarczej: Towarzystwo Pomocy Młodzieży nie prowadzi działalności gospodarczej.

Towarzystwo pomocy Młodzieży jest organizacją pożytku publicznego od dnia 2011-05-20.