

Ungdoms- behandling

KONTAKT:

Johan Adam

ungdomsbehandlare

Tel: 0707 20 96 90

johan.adam@salem.se

Adress:

VÄXTHUSET
Säbyhallsvägen 18
144 30 Rönninge

vaxthusetsalem.se

Ungdoms-
behandling är en
insats för ungdomar
i Salems kommun som är
mellan 12-20 år och som
behöver stöd för att
förändra sitt mående,
beteende och sin
livssituation.



Salems
kommun



ÖPPENVÅRDSTEAMET
SALEM



Salems
kommun



ÖPPENVÅRDSTEAMET
SALEM

Om du är mellan 12-20 år och behöver någon att prata med så kan du träffa en behandlare som lyssnar på dig, stöttar dig och hjälper dig reda ut det som känns rörigt. Du träffar samma behandlare återkommande och det finns följande två sätt att prata, beroende på vad du behöver:

Strukturerade samtal

Här jobbar vi målinriktat. Du får verktyg för att förstå dina tankar, känslor och beteenden – och träna på nya sätt att hantera det som är jobbigt. Samtalen baseras bl a på KBT och social inlärningsteori.

Stödsamtal

Här får du prata fritt om det som känns viktigt, här och nu. Vi fokuserar på känslor, vardagen, dilemman och hur du kan hitta strategier för att orka bättre.

Du kan söka stöd om du till exempel:

- Ofta känner dig ledsen, arg, stressad eller orolig.
- Har det tufft hemma, i skolan eller i relationer.
- Vill stärka självkänslan, självförtroendet eller sluta med beteenden som ställer till det för dig och andra.
- Har svårt att sova eller hantera känslor och impulser.
- Har varit med om något jobbigt eller känner press kring framtid, vänner och sociala medier.

**Vi har tystnadsplikt och
samtalen är gratis!**

