



Jeżeli jesteś osobą profesjonalnie zajmującą się pomocą innym i chcesz rozwijać swoje umiejętności zawodowe oraz doskonalić swoje relacje z drugim człowiekiem, przyjdź i przekonaj się, jak wiele możesz zyskać na grupie Balinta

## Uprzejmie kolejnej edycji Grupy Balinta

Rozpoczęcie zajęć przewiduję w **drugim kwartale 2020 r.**

Spotkania będą odbywały się **raz w miesiącu.**

Terminy spotkań zostaną ustalone po skompletowaniu grupy.

### Czym są Grupy Balinta?

1. Grupa Balinta – trening Balintowski to grupowe spotkania mające na celu doskonalenie umiejętności terapeutycznych osób profesjonalnie zajmujących się pomocą innym. W czasie treningu nacisk kładziony jest przede wszystkim na próbę zrozumienia problemów, z jakimi boryka się podopieczny oraz własnych emocji z tym związanych. Praca w grupie pozwala nam poszerzyć spojrzenie na owe problemy i wypracować nowe, bardziej efektywne sposoby radzenia sobie z nimi. Poddanie problemu klienta tej formie superwizji, uwalnia fachowca od napięcia i poczucia niekompetencji, zapobiegając tym samym wypaleniu zawodowemu, tak często spotykanemu u osób zajmujących się pomaganiem innym.

### Czym nie jest Grupa Balinta?

Nie jest konsylium medycznym, dyskusją nad diagnozą, leczeniem. Nie jest miejscem prostych odpowiedzi.

Nie jest rozwiązaniem na wszystkie problemy z klientem.

2. W warsztatach w ramach grup Balinta główny nacisk kładzie się na relację profesjonalista – klient.

3. Kształcenie relacji interpersonalnej odbywa się przez treningi w grupach składających się z 6 do 12 osób.

### 4. Korzyści:

- Lepiej poznasz siebie i swoje postawy w relacji z podopiecznym
- Lepiej zrozumiesz problemy klienta i tym samym lepiej będziesz potrafił/a mu pomóc w jego trudnościach
- Rozwiniesz umiejętność empatii
- Wypracujesz nowe, być może bardziej efektywne sposoby radzenia sobie z problemami pojawiającymi się w relacji z podopiecznym
- Będziesz mógł/a uwolnić się od napięcia towarzyszącego Ci w pracy z osobą potrzebującą pomocy
- Zapobiegiesz zmęczeniu, przeciążeniu emocjami i wypaleniu zawodowemu
- Unikniesz niepotrzebnych kolizji i konfliktów w pracy

### Informacje organizacyjne:

\*Z uwagi na specyfikę zajęć liczba uczestników nie może przekraczać 12 osób. Min. liczba osób do uruchomienia grupy – 6 os.

\*Zajęcia poprowadzi **dr n.med. Marek Kobus specjalista psychiatra, specjalista psychiatra dzieci i młodzieży, certyfikowany psychoterapeuta Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Certyfikowany Lider Grup Balinta Polskiego Stowarzyszenia Balintowskiego**

\*W trakcie jednego spotkania są realizowane trzy lub dwa bloki zajęciowe **(3 x 1,5 godz. lub 2 x 1,5 godz)**

**Miejsce zajęć:** Gabinet Psychiatryczny ul. Sienkiewicza 10 Pruszcz Gdański (wejście z boku budynku)

\***Kontakt:** tel 509 812 171, mail: [drmarekkobus@gmail.com](mailto:drmarekkobus@gmail.com), Proszę o dopisek Grupa Balinta.

**Serdecznie zapraszam, dr n. med. Marek Kobus**