



## GRUPA **Balinta**

ZAPROSZENIE KIERUJEMY DO LEKARZY,  
PSYCHOLOGÓW, NAUCZYCIELI I WSZYSTKICH,  
KTÓRZY NA CO DZIEŃ PRACUJĄ Z LUDŹMI

**Grupa Balinta** to grupowe spotkanie mające na celu doskonalenie umiejętności osób profesjonalnie zajmujących się pomocą innym. W czasie treningu nacisk kładziony jest przede wszystkim na próbę zrozumienia problemów, z jakimi boryka się pacjent/ uczeń oraz własnych emocji z tym związanych. Praca w grupie pozwala poszerzyć spojrzenie na te problemy i wypracować nowe, bardziej efektywne sposoby radzenia sobie z nimi. Przedstawienie problemu w tej formie uwalnia fachowca od napięcia i poczucia niekompetencji, zapobiegając tym samym wypaleniu zawodowemu, tak często spotykanemu u osób zajmujących się pomaganiem innym.

### **Celem grupy Balinta jest:**

- zrozumienie problemów pacjenta/ ucznia, a tym samym wypracowanie nowych sposobów pomagania;
- uświadomienie psychologicznych aspektów relacji (np. lekarz-pacjent, nauczyciel-uczeń);
- wypracowanie nowych sposobów radzenia sobie z emocjami;
- refleksja nad procesami zachodzącymi w relacji;
- zobaczenie relacji w innym świetle;
- zapobieganie wypaleniu zawodowemu;

Zajęcia poprowadzone będą przez mgr Annę Jaworską, psychologa, certyfikowanego psychoterapeutę i superwizora-aplikanta PTP, certyfikowanego lidera Grup Balinta.

*Anna Jaworska*

### **TERMINY:**

spotkania odbywają się raz w miesiącu w godz. 18-21.  
Liczba osób w grupie ograniczona do 12 osób.

### **MIEJSCE:**

Tuwima 64A/7, Łódź

### **INFORMACJE I ZAPISY:**

M: a.jaworska.psychoterapia@gmail.com  
T: 734 490 922  
www.ajaworska.pl

### **NAJBLIŻSZY TERMIN:**