

**Uprzejmie informuję o kolejnym naborze do Grupy Balinta Online**

Rozpoczęcie zajęć przewiduję  
w trzecim kwartale 2020 r.

Spotkania będą odbywały się raz   
w miesiącu.

Terminy spotkań -piątek godz. 18:00-20:00 (09.10, 27.11 oraz 11.12.2020)

**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
* Zapobiegniesz 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**

\***Z uwagi na okres pandemii, w 2020 r. spotkanie są nieodpłatne dla lekarzy OIL Gdańsk**

\***Kontakt**:

Tel. 509 812 171,

Zgłoszenia proszę przesyłać

wyłącznie mailowo

mail: [drmarekkobus@gmail.com](mailto:drmarekkobus@gmail.com),

Proszę o dopisek Grupa Balinta-

Izba Lekarska Gdańsk

Decyduje kolejność zgłoszeń,

liczna miejsc ograniczona

**Serdecznie zapraszam,**

**dr n. med. Marek Kobus**

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