

PSYCHOTERAPEUTICKÁ SKUPINA PRO POMÁHAJÍCÍ PROFESIONÁLY ZAMĚŘENÁ NA OSOBNÍ ROZVOJ

Proč vlastně pomáhám? Jaké jsou mé vlastní motivy, limity, možnosti a očekávání? Jak mě ovlivňují nároky, které na mě klade okolí nebo já sám/sama? Jak má práce ovlivňuje můj osobní život a naopak? O co se mohu opřít a co mě vysiluje?

Prostě, máte-li někdy pocit, že témata, kterými se v práci zabýváte, přesahují možnosti supervizního prostoru, chcete lépe porozumět sami sobě, abyste pak (případně) mohli lépe pomáhat, nebo se naopak rozhodli už nepomáhat, potřebujete podporu a z nějakého důvodu není ta, které se vám dostává v práci, nějak ta pravá...

Pojďte s námi sami sebe lépe poznat v bezpečném prostoru terapeutické skupiny, objevit svůj vlastní osobnostní potenciál a zkoumat, jak ho využít v osobním i pracovním životě.

PRO KOHO JE SKUPINA URČENA

Pro všechny, kdo působí v pomáhajících profesích (v sociální i zdravotní oblasti).

KDY: od 1. dubna 2022

Konkrétní termíny jsou uvedeny na našich webových stránkách.

17 setkání = 102 hodin

Naše setkání budou probíhat po dobu jednoho roku, pravidelně 1x za cca 3 týdny, vždy od 9:00 do 14:30 hodin.

KDE: Praha - Holešovice
Vzdělávací centrum

CENA: 24 000 Kč / ÚČASTNÍKA

Cenu je možné rozložit do 3 splátek podle dohody. Cena zahrnuje práci 2 terapeutů po celou dobu konání psychoterapeutické skupiny, pronájem místnosti a drobné občerstvení.



PROČ PSYCHOTERAPEUTICKÁ SKUPINA

Skupina poskytuje jedinečnou příležitost učit se od ostatních členů a nechat se jimi inspirovat. Slouží jako bezpečné a podpůrné místo, kde je možné naučit se vnímat sám sebe i ostatní, objevovat a zkoušet různé způsoby komunikace, měnit nefunkční vzorce nebo rozvíjet schopnost svobodnějšího vnímání a vyjadřování vlastních pocitů, názorů, hranic a potřeb. Skupina nabízí zpracování nedořešených věcí, vč. traumat, která mohou bránit plnému rozvoji osobnosti a jejichž dořešení přináší úlevu. S podporou skupiny a terapeutů můžete nacházet nové způsoby řešení obtíží a zároveň přispívat svou vlastní zkušeností a reflexí druhým.

PROČ PRO POMÁHAJÍCÍ PROFESIONÁLY

Práce v pomáhajících profesích je naplňující. Je ale také náročná a vyčerpávající. Denně se setkáváme s těžkými lidskými příběhy. Občas jsme někým vnímáni jako jeho jediná naděje. Zřídka zažíváme pocit úspěchu ve smyslu úplného zdárného vyřešení situace klienta/pacienta. Naši blízcí často nerozumí tomu, že i když nás práce baví a naplňuje, zároveň nás někdy do hloubky vyčerpává, rozčiluje, rozesmutňuje nebo je zdrojem obav, strachů, možná i viny...

Náš osobní život přirozeně ovlivňuje ten profesní, avšak zkoumání těchto spojitostí přesahuje často rámec a možnosti supervize. Zároveň mluvit s kolegy o svých nejnepříjemnějších pocitech, obavách, silných emocích a motivacích, může být ohrožující nebo nevhodné.

Ve skupině pomáhajících profesionálů se potkáte s lidmi, kteří mohou prožívat to, co vy, mohou vám porozumět a podpořit vás. Společně můžeme hledat, jak sami sebe lépe poznat, rozumět si, pečovat o sebe a rozvíjet se – třeba i v oblasti pomáhání.

ROZDÍL MEZI PSYCHOTERAPEUTICKOU A SUPERVIZNÍ SKUPINOU

Konečným cílem supervize je vždy dobrá kvalita služeb s ohledem na klienta.

Cílem psychoterapie, respektive práce v psychoterapeutické skupině, však není „udělat“ z vás lepšího pracovníka. Pomáhající profese zde vytváří pouze **kontext, ve kterém se zaměříte sami na sebe a to ve skupině lidí s podobnou pracovní zkušeností**. V rámci skupiny je možné pracovat například na zkoumání své minulosti, motivace nebo např. zvládnutí nejistot ve vztazích, nižšího sebevědomí, úzkostí, strachu, ale také vzteku či agrese, a to takovým způsobem, aby vám energie z těchto emocí sloužila a pomáhala k dosažení vyšší míry osobní spokojenosti.

STRUKTURA SUPERVIZNÍ SKUPINY

Počet účastníků ve skupině je 10 – 12 osob, tj. minimálně 10 a maximálně 12 osob.

Skupinu povedou 2 terapeuti. Pro bezpečnou práci ve skupině je vhodné, aby se z jedné organizace účastnil vždy jen jeden pracovník.

O TERAPEUTECH

TOMÁŠ MASOPUST

Absolvoval jsem psychoterapeutický výcvik SUR a následně výcvik v gestalt terapii. Na částečný úvazek působím v organizaci Modré dveře v Říčanech, kde nabízím individuální, párovou, rodinnou a skupinovou terapii a mám vlastní praxi v Praze, kde také vedu seberozvojové skupiny. Jako lektor, konzultant a supervizor se převážně věnuji podpoře manažerů v sociálních službách a práci s týmy. V sociálních službách se pohybuji od roku 2005. Více o mně na www.tomasmasopust.cz.



HELENA KOŽÍŠKOVÁ

Absolvovala jsem komplexní osmiletý psychoterapeutický výcvik SUR (psychodynamicky orientovaný) a Komplexní výcvik Sandplaying zaměřený na práci v terapeutickém pískovišti (v Gestalt modalitě). Baví mě i práce s dalšími projektivními technikami a jejich využitelnost nejen v terapii. 16 let jsem působila na různých pozicích v sociálních službách. Nyní mám vlastní psychoterapeutickou praxi pod Psychoterapeutickým centrem Hradec Králové a jako supervizorka, konzultantka a lektorka spolupracuji s profesionály z pomáhajících profesí.



Chcete se na supervizní skupinu registrovat? >>>**Navštivte naše webové stránky.**<<<

Potřebujete vědět více informací? Neváhejte a volejte, nebo pište email:

Tomáš Masopust - tomas@tudytam-vzdelavani.cz, tel.: +420 773 920 995

Helena Kožíšková - helena@tudytam-vzdelavani.cz, tel.: +420 777 183 112