

Ziele der Balintgruppenarbeit

Das **Ziel der Gruppenarbeit** besteht darin, die Arzt-Patient-Beziehung und die Praxis der professionellen Beziehungsgestaltung helfender Berufe zu fördern, sowie die eigene Einstellung bzw. Haltung in der Beziehung zu untersuchen. Dadurch eröffnen sich z.B. Möglichkeiten, „schwierige“ Patienten besser zu verstehen und die professionelle Kompetenz im Umgang mit Patienten zu erhöhen. Die Gruppenarbeit hat sich zudem als hochwirksames Instrument der Qualitätssicherung erwiesen.

Auf der anderen Seite dient die Balintgruppe dazu, den Arzt (Helfer) **emotional zu entlasten** und **Burnout-Erscheinungen** entgegen zu wirken. Neurobiologische Erkenntnisse legen einen Zusammenhang nahe zwischen dem anspruchsvollen, zunehmend belastenden und pausenlosen Beziehungsgeschehen bei Ärzten (und anderen helfenden Berufen) und dem Anstieg stressbedingter Gesundheitsstörungen. Die stärkende Erfahrung von gegenseitigem, kollegialem Verständnis wird als wohltuende Alternative zur häufig vorhandenen Einzelkämpferposition erfahren.

Wie arbeitet eine Balintgruppe?

In der klassischen Balintgruppe sitzen 8 – 12 Ärzte unter der Moderation eines ausgebildeten Balintgruppenleiters zusammen. 1 ½ Stunden lang beschäftigen sie sich mit ein bis zwei Arzt- Patient-Beziehungen, die der vorstellende Arzt besser verstehen möchte. Er beschreibt die Begegnung mit einem Patienten aus der Erinnerung, ohne dass er hierzu Aufzeichnungen oder eine Krankenkartei benutzt. Es entsteht so ein erlebens- und gefühlsnaher Eindruck vom Referenten, vom Patienten und von Ihrer Beziehung zueinander.

Die Teilnehmer, die diesem Bericht zuhören, geben anschließend ihren Eindruck, ihre Gefühle und Fantasien dazu wieder. Hieraus entsteht ein komplexes Bild der Arzt-Patient-Beziehung, das der Vortragende sich schweigend aus der Distanz in Ruhe betrachten kann. Er bekommt Anregungen für eine neue Sichtweise, blinde Flecken werden erhellt. Er erkennt seine Wirkung auf den Patienten und seine eigenen, verborgenen Verhaltensmuster.

In Balintgruppen nutzen wir die analytische Betrachtung der Arzt-Patient-Beziehung, um mehr Verständnis für „den Arzt, seinen Patienten und die Krankheit“ zu erlangen. Die Balintarbeit bietet eine berufsbezogene Selbsterfahrung für den Arzt, die allmählich zu einer „begrenzten aber doch wesentlichen Wandlung in der Persönlichkeit des Arztes“ (Balint) führt.

Zudem lernt der Arzt, sich stärker auf den Patienten und dessen Erleben zu konzentrieren und dadurch über die Krankheit hinaus die Gesamtpersönlichkeit, den Ganzheitsaspekt im Auge zu behalten, offen für die Erkenntnis, dass psychische und soziale Faktoren einen ebenso wichtigen Einfluss auf die Entwicklung einer Krankheit haben können wie die körperlichen Veränderungen.

(modifiziert nach Deutsche Balint Gesellschaft)