

Einführung in die Balintarbeit

„Der Mensch wirkt plötzlich ganz verwandelt, wird er erst mal als Mensch behandelt“ (Eugen Roth)

In einer Balintgruppe sitzen 8-12 Teilnehmer unter der Moderation eines Balintgruppenleiters zusammen. Neben klassischen Balintgruppen für Ärzte und Psychotherapeuten richten sich seit einigen Jahren interdisziplinäre Balintgruppen auch an andere Berufsgruppen: Sozialarbeiter, Sozialpädagogen, Lehrer, Juristen, Mitarbeiter in der Alten- und Krankenpflege, Arzthelferinnen u.a.

Während der in der Regel 1 ½ stündigen Gruppensitzung beschäftigen sich die Teilnehmer mit einer Arzt-/Helfer-Patient-Beziehung, die ein vorstellender Teilnehmer erhellet haben möchte. Dieser beschreibt die Begegnung mit einem Patienten aus seiner Erinnerung, ohne dass er hierzu Aufzeichnungen oder eine Krankenkartei benutzt. Es entsteht so ein erlebnis- und gefühlsnaher Eindruck vom Referenten, vom Patienten und von ihrer Beziehung zueinander.

Die zuhörenden Teilnehmer geben anschließend ihren Eindruck, ihre Empfindungen und Phantasien dazu wieder. Hieraus entsteht ein umfassendes Bild der Arzt-/Helfer-Patient-Beziehung, das der Vortragende sich schweigend aus der Distanz in Ruhe betrachten kann. Er bekommt Anregungen für eine neue Sichtweise. Dies bietet die Möglichkeit, sich seiner Wirkung auf den Patienten bewusster zu werden und seine eigenen Verhaltensmuster zu variieren. Im Verlauf kontinuierlicher Balintarbeit kann dieser Prozess auch zu einer *„begrenzten aber doch wesentlichen Wandlung seiner Persönlichkeit führen“* (Balint). Andererseits lernt der Vortragende, sich stärker auf den Patienten und dessen Erleben zu konzentrieren und dadurch über die Krankheit und Bedürftigkeit hinaus die Gesamtpersönlichkeit, die einzigartige Geschichte und den ganzheitlichen Aspekt im Auge zu behalten.

In einer Großgruppe arbeitet ein aus 8-12 Teilnehmern bestehender Innenkreis (Kleingruppe), während die übrigen Teilnehmer im Außenkreis die Kleingruppenarbeit beobachten und zeitweise mit ihren Wahrnehmungen in die Arbeit einbezogen werden.

Die Balintarbeit eignet sich zur Einführung in psychosomatisches und ganzheitliches Denken und befördert neben dem Verständnis und der Empathie für andere auch die Wahrnehmung eigener Grenzen, innere Achtsamkeit und Selbstfürsorge. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Teilnahme an Balintgruppen ist in der Facharzt-Weiterbildung zur Erlangung der Qualifikation >Psychosomatische Grundversorgung< bzw. der >Zusatz-Weiterbildung Psychotherapie< als fester Baustein verankert.