

Leserbriefe

Balintgruppe als Möglichkeit zur Burn-out-Prophylaxe

von Känel R, Burnout und Resilienz bei Ärztinnen und Ärzten, Prim Hosp Care (de). 2017;17(03):51-56.

Eine gute Möglichkeit zur Burn-out-Prophylaxe stellt die Teilnahme an einer Balintgruppe dar, in der Ärzte aller Fachgebiete (und auch andere Gesundheitspersonen mit Patientenkontakt) über schwierige Beziehungen zwischen ihnen und ihren Patienten nachdenken. Dadurch ergibt sich ein mehrfacher gesundheitsfördernder Effekt für die Gruppenmitglieder: Wenn man besser versteht, was in einer problematischen Arzt-Patienten-Beziehung abläuft, wird man durch die schwierige Beziehung weniger blockiert und kann sein Fachwissen und sein Können wieder besser zum Wohl des Patienten einsetzen. Damit steigt auch die Chance, dass die Patientin mit dem Vorgehen der Ärztin einverstanden ist und bei der Behandlung mitarbeitet. Ärzte realisieren dank der Reflexion in der Gruppe auch eher, welche Ziele für gewisse Patienten überhaupt realistisch sind und können die Erwartungen an den Behandlungserfolg und ihre eigenen Möglichkeiten, diesen

Patientinnen zu helfen, relativieren. Viele Patienten, deren Beziehung zu Ärztinnen gestört ist, suchen wegen schwer zu behandelnder, chronischer Leiden ärztliche Hilfe, sodass die Diskrepanz zwischen den «idealen» Resultaten in Studien mit ausgesuchten Teilnehmern und dem, was man in der Praxis mit unselektierten Patienten erreichen kann, besonders gross ist. Last but not least tut es dem seelischen Gleichgewicht gut, wenn man durch den Austausch in der Gruppe realisiert, dass die KollegInnen auch nur mit Wasser kochen und mit den gleichen Problemen zu kämpfen haben wie man selbst. Das hilft gegen das Risiko der Selbstüberforderung, welches durch Studien mit angeblich phänomenalen Behandlungserfolgen und durch Fallschilderungen, in denen alles perfekt läuft, gefördert wird.

Weitere Informationen zu Balintgruppen sind auf der Homepage der Schweizerischen Balintgesellschaft (www.balint.ch) aufgeführt. Literatur zum Thema Balint-Arbeit findet sich unter http://www.balint.ch/seiten_de/literatur.html.

Monika Diethelm-Knoepfel, Präsidentin der Schweizerischen Balintgesellschaft SBG, Uzwil