

Балінтовська група як форма супервізії

6 червня 2013 р. у Києво-Святошинському центрі соціально-психологічної реабілітації населення відбувся методичний семінар для співробітників центру та психологів-практикантів за темою «Балінтовська група як форма супервізії».

Балінтовська група є надзвичайно корисним інструментом для роботи в усіх сферах, де існує контакт в системі «людина – людина».

За даними Міжнародної організації охорони здоров'я, професія психолога, лікаря, психіатра, педагога, соціального працівника, психотерапевта та юриста є найбільш небезпечними з точки зору деструктивного впливу стресу на людей, що займаються цими професіями:

- 36% психологів, у більш легкій або в важкій формі страждають на психосоматичні захворювання;
- 50% психологів, “близько знайомі” з синдромом емоційного та професійного вигорання;
- у 14% психологів, які працюють з важкими категоріями клієнтів/пацієнтів, їхня робота (без проходження реабілітаційних заходів самопомоги – наприклад, проходження балінтовських груп) скорочує життя фахівця на 10 – 15 років.

Для вирішення цих проблем у 1950 р. була створена така форма групової психодинамічної роботи, як балінт-групи. Балінт-групи – форма групової психологічної роботи, в ході якої її учасники (лікарі, психотерапевти, медичні психологи, соціальні працівники – 8-12 осіб) представляють ті випадки зі своєї практики, з якими виникли певні проблеми. Крім цього, сьогодні балінт-групи застосовуються як форма навчання студентів і метод підвищення кваліфікації. Такі групи названі іменем угорського психоаналітика Міхаеля Балінта, президента Британського психоаналітичного товариства.

Міхаель Балінт (Міхаель Маріус Бергсман, 1896-1970) народився в Будапешті в сім'ї лікаря. У 1918 р., в рік закінчення медичного факультету Будапештського університету, він прочитав «Три нариси з теорії сексуальності» і «Тотем и табу» Зигмунда Фрейда та серйозно захопився психоаналізом. Незабаром він переїхав до Відня і почав відвідувати лекції Ш. Ференці (той став у 1919 р. першим у світі університетським професором з психоаналізу).

У 1924 р. Міхаель Балінт повернувся до Будапешту, де незабаром став членом Будапештського психоаналітичного товариства. В 1930-х рр. він почав проводити семінари з практикуючими лікарями, на яких вивчались психотерапевтичні можливості звичайної лікувальної практики. В 30-х рр. Балінт емігрував до Великобританії, де працював у Північному Королівському госпіталі в Манчестері, а з 1945 р. – в Тавістокському госпіталі в Лондоні. Саме там у 1950 р. він почав проводити свої психотерапевтичні групи з лікарями.

Балінтовські групи не проводяться задля обговорення діагнозів, дискутування теоретичних концепцій чи вироблення рекомендацій з лікування. Група Балінта побудована скоріше на принципах емпатії, терпимості і підтримки. Працюючи разом (групою) над пошуком «загублених почуттів», над формуванням вміння оперувати почуттями – давати їм назву і знати, як з ним поводитись – група розвиває у спеціаліста навички відчувати пацієнта, внутрішньо бачити його, краще розуміти себе, адекватно надавати допомогу.

Балінтовська група, є найбільш ефективним і безболісним для психологів та людей «допомагаючих» професій, способом, позбутись хвороботворних переживань і думок, індукованих клієнтами або пацієнтами в їх душу, думки і серце.

Тетяна БОНДАРЕНКО, методист ЦСПР