

Vergleich Balintgruppen als Präsenz- und als Online-Veranstaltung

128 Kursteilnehmer haben an unserer Umfrage bzgl. der Online-Balintgruppen über SurveyMonkey teilgenommen. Ein Teil hatte vorher bereits an Balintgruppen derselben Leiter/innen als Präsenzveranstaltung teilgenommen, ein Teil ausschließlich an online-Gruppen. Im Vergleich von Balintgruppen als Präsenzveranstaltungen mit online-Gruppen schnitten die online-Gruppen mit 4,9 von 5 möglichen Sternen bisher deutlich besser ab als die konventionellen Gruppen. 32% der Teilnehmer bewerteten beide Gruppen als gleichermaßen hilfreich, 39% bewerteten online-Gruppen als hilfreicher als die Präsenzveranstaltungen. 96% würden auch nach Wegfall der aktuellen Einschränkungen aufgrund der Pandemie weiter an online-Balintgruppen teilnehmen.

Auf die Frage, für wie hilfreich die Teilnehmer online-Balintgruppen über Videokonferenz bewerten, antworten 89% (N = 110) mit „sehr hilfreich“.

Die Vorteile einer online-Balintgruppe sehen die Teilnehmer in den folgenden Punkten:

- Mehr Flexibilität, Planbarkeit und Praktikabilität
- Keine Anreise, Ortsungebundenheit
- Zeiteffizienz
- Kosteneffizienz
- Familienfreundlichkeit
- Steigerung des persönlichen Wohlbefindens durch bessere Integration in den Alltag und weniger Stress
- Bessere Konzentrationsmöglichkeit
- Verfügbarkeit in Krisenzeiten und in ländlichen Regionen
- Sicherheit
- Barrierefreiheit
- Umweltfreundlichkeit

Die Zahlen zeigen eindeutig, dass die Ärzte vor allem den Faktor, nicht aktiv anreisen zu müssen als sehr großen Vorteil gegenüber den Präsenzveranstaltungen erleben. „Erst die online Balintgruppen haben mir die Möglichkeit gegeben regelmäßig teilzunehmen, wodurch ich definitiv eine Bereicherung/Verbesserung meiner täglichen Arbeit erreicht habe. Aufgrund der örtlichen Entfernung und der langen Dienstzeit ist ein regelmäßiger Besuch einer Präsenzveranstaltung für mich absolut unmöglich. Vielen Dank für diese tolle Möglichkeit meine tägliche Arbeit in überschaubarem Zeitaufwand zu verbessern. Ich hoffe und wünsche mir sehr, dass es auch in Zukunft online-Balintgruppen geben wird“.

Die Teilnehmer geben an, dass sie sich von zuhause aus besser konzentrieren könnten als bei Präsenzveranstaltungen. Die Teilnehmer fühlen sich wohl, entspannt und sicher in ihrem gewohnten Umfeld. „Das häusliche Setting lässt einen besser über Emotionen sprechen. Besonders geeignet für eher schüchterne Teilnehmer“. Der Großteil der Teilnehmer berichtet von einem besseren oder zumindest gleichem „Lerneffekt“, gerade weil sie sich entspannt in ihrem Zuhause aufhalten können ohne aufwendige An- und Abreise. Viele Teilnehmer berichten, dass sie sich mehr trauen würden, aktiv an Gruppeninteraktionen teilzunehmen im Vergleich zu Präsenzveranstaltungen, da sie sich etwas anonym und wohler fühlen. „Man traut sich online eher, problematische Dinge zu besprechen, als wenn einen viele Leute direkt

gegenübersitzen und einen anstarren“. Gleichzeitig gebe es eine größere Offenheit unter den Teilnehmern, da man deutschlandweit ortsunabhängig an den Balint-Gruppen teilnehmen könnte. Vor allem die zeitliche Flexibilität und Kostenersparnisse sind für Ärzte von großer Bedeutung. „Die Online-Veranstaltung erspart mir 2 Stunden Fahrt pro Strecke.

Dadurch dass es eine Gesprächsrunde ist, kann diese genauso effektiv als Videokonferenz stattfinden, ohne qualitative Einbußen zu haben“. Weiterhin sehen viele Ärzte einen Vorteil in der Online-Gruppe, da das Infektionsrisiko (Corona) keine Rolle spiele. Auch die Umweltfreundlichkeit dieses Formats wird von vielen positiv hervorgehoben. „Wenn man beruflich stark eingespannt ist und Wert auf Umweltschutz legt, ist das online Format ideal!“. Eindeutig sieht man die bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf und eine damit einhergehende Entspannung sowie Motivationssteigerung bei den Ärzten. „Für Familienväter oder -mütter sollte es die Möglichkeit geben, weiter online teil zu nehmen. Das lässt sich deutlich leichter in den Alltag integrieren und entlastet dadurch sehr! Die online Fortbildungen /Balint Gruppen haben sehr gut funktioniert und die Durchführung ist absolut zeitgemäß! Es wäre aus meiner Sicht nicht sinnvoll, das Rad wieder zurück zu drehen“.

Aussagen wie „Die online Balint Gruppen sind genauso gut wie die Präsenzveranstaltungen, waren prima organisiert und sehr lehrreich. Ich würde mir wünschen, dass das online Angebot auch in Zukunft besteht. Man spart auch viel Geld hinsichtlich Reise- und Hotelkosten sowie Zeit“ finden sich häufig in den Kommentaren der Befragten. Tendenziell zeigt sich eine große Befürwortung des online-Formats, was durch Aussagen wie die Folgende verdeutlicht werden kann: „Ich hätte mir in meiner chirurgischen Phase dringend Balintgruppen gewünscht zur Verarbeitung mancher tragischen Fälle, was aber bei 70 Wochenstunden in der Klinik nicht möglich war. Ich denke es würde eine höhere freiwillige Beteiligung (also ohne, dass sie für bestimmte WB verpflichtend sind) an Balintgruppen geben wenn sie in Zukunft online durchführbar wären. Dann könnte manch Kollege mal etwas aufarbeiten was ihn bedrückt“.