



同儕支持團體巴林小組 (Balint group) 之實施內容與成果報告

劉晏孜 ◆ 家庭醫學科 主治醫師 / 林益卿 ◆ 家庭醫學科 主任

巴林小組基本介紹

在家庭醫學科的訓練中，除了各式常見之教學活動，定期舉行之巴林小組是家醫科的另一亮點，提供科內醫師〈特別是年輕住院醫師〉之同儕支持。醫療過程中，醫病關係在很多時候扮演著關鍵因素，也是身為醫師的我們每日必須面對的課題，但對於醫病關係的教導與訓練，在醫師養成過程中十分缺乏，若有，也僅止於原則的講授，所以便有了巴林小組之規劃。巴林小組之由來，源自於匈牙利裔的英國精神科醫師Michael Balint於1950年代，在英國皇家醫學會支持下，於倫敦Tavistock心理治療中心開辦了一般科醫師的醫病關係討論團體，這種團體後來被簡稱為Balint團體，並在西歐與北美州普遍推廣，成為許多醫師學習處理醫病關係與改善個人心裡壓力的重要管道。

本團體以討論醫病關係為主，病人診斷不拘，團體討論不在為提案者提供解答，而是透過其他醫師的觀點，開拓當事人之視野，豐富其將來處理患者的自由度

與創意，預防其在未來執業生涯中提早burnout。

巴林小組進行方式，以6-12人最佳，需有1-2位leader，過程討論內容絕對保密，基本上不做任何之紙本記錄，但為教學紀錄之需要，本科之會議紀錄，由每位成員於會後寫下一句與討論內容無關之心得來呈現。進行過程如下：在第一階段，會有一位提案者憑記憶主動提出一個困擾他的個案，簡單描述其病史、背景、與困擾的問題之後，其他成員可以詢問相關的資訊，由提案者補充，以在心中形成對醫病關係的印象。詢問階段之後，提案者暫時退出討論，成為觀察者，由其他成員分享並討論聆聽案例過程中心中所浮現的聯想、情緒與身體感覺。在充分的討論後，參與者再對提案者提出各種不同的建議，供提案者參考。透過這個歷程，提案者與參與討論者可以彼此啟發創意，並且互相學習，以擴大視野，讓受困的提案者或有類似經驗的其他參加者，更容易找到脫困的方法。



成果報告與未來展望

本院家庭醫學科本院家庭醫學科，近年來定期每月舉辦巴林小組團體討論會，提供科內醫師一個抒發壓力、促進醫病溝通的管道，獲得參與醫師們之正面評價，尤其對於年輕住院醫師來說，藉由在團體內之分享，對其在漫漫醫學路上，容易徬徨困惑的心，是很有幫助的。另外為了客觀評估巴林小組之功能，本科於105年度提出專題研究計畫，題為巴林小組之成效分析，旨在評估受訓醫師之參與成效評估、滿意度評估、與其他質性研究，經過研究分析後，得以繼續進行團體進行之改善，以提升醫病關係與醫學教育品質。

