

FAQ zur Balintgruppe

Was kann man sich unter einer Balintgruppe vorstellen?

Wie der Name schon sagt, gehen Balintgruppen auf deren Gründer zurück, den Arzt und Psychoanalytiker Michael Balint. Aus Ungarn stammend hat er zu Lebzeiten von Sigmund Freud einige Jahre in Wien verbracht und ist wie viele andere Psychoanalytikerinnen und Psychoanalytiker vor dem Zweiten Weltkrieg nach London ausgewandert.

Er hat sich dort sehr intensiv mit der Frage der ärztlichen Beziehungen beschäftigt, da ihm klar war, dass das Gelingen oder das Misslingen von Behandlungen sehr davon abhängen, wie die Beziehung zwischen Patient*in und Ärzt*in aufgebaut ist. Auf Balint geht der Begriff der Beziehungsmedizin zurück oder auch das zwischenzeitlich gängige Schlagwort der „Droge Arzt“. Michael Balint hat sehr früh die Erkenntnis gewonnen, dass es gerade in Gruppen gut möglich ist, mehr über diese ganz konkreten und individuellen Beziehungen mit ihren Wirkungen und Nebenwirkungen zu erfahren.

Wie ist es zu den Gruppen gekommen?

Michael Balint hat in den 50er-Jahren begonnen, sich mit Gruppen von Ärztinnen und Ärzten zu treffen und dort über all diese Fragen und Probleme zu sprechen. Daraus ist ein wegweisendes Buch entstanden und zwar: „Der Arzt, sein Patient und die Krankheit“. Aus der Psychoanalyse kommend hat Balint die wichtigste Methode dieses Verfahrens benutzt, nämlich die freie Assoziation. Es geht also darum, von den Gruppenmitgliedern zu erfahren, was für spontane Ideen und Einfälle sie zu einem Thema haben. Dem liegt die Überzeugung zugrunde, dass wir alle unsere blinden Flecken haben und manches nicht erkennen können, während andere vieles spüren und schließlich auch benennen können. Wir sind manchmal blockiert und sehen den Wald vor lauter Bäumen nicht. Jemand, der außerhalb steht und eine andere Perspektive hat, kann aber sehr wohl Hindernisse oder Fallstricke erkennen. Diese Gedanken werden zur Verfügung gestellt und dadurch ist es möglich, ein erweitertes Gesamtbild zu bekommen. Die freie Assoziation der anderen ist somit eine wichtige und entscheidende Ressource für den Erkenntnisgewinn.

Wie läuft eine Balintgruppe ab?

Zunächst ist es wichtig, zu wissen, dass es keinerlei Vorbildung bedarf. Es müssen die Fälle nicht vorbereitet werden und es können auch andere Themen wie Träume etc. besprochen werden. Es müssen nicht zwingend Problemfälle sein, denn es handelt sich weder um eine Supervision noch um eine Fallbesprechung. Oft sind es gerade alltägliche Patientinnen und Patienten ohne besondere Auffälligkeiten, für die das Thema der therapeutischen Beziehung auch sehr wichtig ist.

Es kann also zu Beginn der Gruppensitzung relativ spontan entschieden werden, wer eine Fallvorstellung bringt. Es wird dann von dieser Person offen und frei berichtet, was ihr als wichtig erscheint.

Der zweite Schritt besteht darin, dass die Gruppenleitung oder ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin dies nacherzählt. Es werden dafür zwei Gründe angegeben: sich erstens zu vergewissern, dass nichts falsch erinnert wurde, und zweitens kann man sich durch die Nacherzählung besser in die Atmosphäre dieser Geschichte einlassen und dies begünstigt dann auch die assoziativen Aktivitäten.

In einer dritten Phase zieht sich der berichtende Kollege oder die berichtende Kollegin zurück, etwa indem er oder sie mit seinem Sessel einen halben Meter aus dem Stuhlkreis zurück rückt. Zuvor können noch dringliche Fragen gestellt werden, aber es sollen keine Explorationen erfolgen. In der Phase des Assoziierens sollte es keine Tabus geben. Es ist alles erlaubt, was einem einfällt und das kann schräg, schrill und bizarr sein, es muss nicht besonders originell oder wissenschaftlich sein. Im Gegenteil sind die spontanen Gefühle und Empfindungen oft besonders vielsagend. Es braucht wie erwähnt keine Vorbildung, denn assoziieren kann jeder. Das Angenehme dabei ist: Man kann nicht falsch assoziieren. Es ist also nicht möglich, in einer derartigen Gruppe irgendetwas Falsches zu sagen oder zu tun. Dies kann einer Gruppe eine angenehme Leichtigkeit verleihen und dementsprechend kann es auch ganz unterhaltsam werden und Spaß machen.

Am Schluss wird der oder die Berichterstattende wieder in die Gruppe zurückkehren und berichten, wie es ihm oder ihr ergangen ist und ob es etwas gibt, was er oder sie mitnehmen möchte. Es wird dies mit einem Kaufmannsladen verglichen. Es gibt ein Regal, es sind viele Artikel zu sehen und jeder kann sich dann heraussuchen, was er mitnehmen möchte.

Wie wird die Balintgruppe in der Ärztekammer ablaufen?

Dr. Roland Wölfle ist anerkannter Balintgruppenleiter der Österreichischen Balintgesellschaft und die Treffen der Balintgruppen werden im DFP-Fortbildungsprogramm approbiert. Geplant ist, dass es vier oder fünf Termine im Jahr geben soll, die jeweils vier bis fünf Stunden dauern. Die Balintgruppe kommt ab einer Teilnehmerzahl von sieben oder acht Personen zustande, mehr Teilnehmer*innen sind möglich. Kosten pro Abend belaufen sich auf € 600 für alle Teilnehmer*innen zusammen (Preis pro Person ist somit abhängig von der Teilnehmerzahl)."

Die Treffen finden in den Räumlichkeiten der Ärztekammer statt, die Anmeldung erfolgt direkt bei Dr. Wölfle (r.woelfle@vol.at).