

Balint-Gruppenarbeit

Balintgruppe

Allgemeine Informationen

Anfang der 50iger Jahre lud Michael Balint (1896-1970) in London Allgemeinärzte zu einem Seminar ein, um die "Psychologischen Probleme innerhalb der medizinischen Allgemeinpraxis zu studieren". Sein Gedanke war, dass "das am allerhäufigsten verwendete Heilmittel der Arzt selber sei" und dass es "für dieses hochwertige Medikament noch keinerlei Pharmakologie gab". "In keinem Lehrbuch steht etwas über die Dosierung, in welcher der Arzt sich selbst verschreiben soll... oder über etwaige unerwünschte Nebenwirkungen." Und so beschließt er als Psychoanalytiker gemeinsam mit den Basisärzten "eine Pharmakologie der Droge "Arzt" zu entwerfen."

Balint geht davon aus, dass körperliche Krankheit häufig der Ausdruck affektiver Spannungen bzw. seelischer Konflikte ist. In seinem Seminar zeigen die vorgetragenen Fälle, dass die Beziehung zwischen Arzt und Patient eine wesentliche Rolle dafür spielt, ob der Patient sich in einer organischen Erkrankung einrichtet oder ob eine umfassendere, tiefere Diagnose und differenzierte Therapie möglich ist. In diesem ersten von Balint geleiteten Seminaren wird die Frage zum Gegenstand der Forschung: Wie kann der praktische Arzt seine Kenntnis und enge Vertrautheit mit dem Patienten nutzen, um die hinter der Symptomatik liegenden Konflikte gemeinsam mit dem Patienten zu erkennen und zu bearbeiten?

In den hier angebotenen Balint-Gruppen steht die Arzt-Patient-Beziehung im Mittelpunkt des Interesses. Der vorstellende Arzt beschreibt die Begegnung mit einem Patienten aus der Erinnerung, ohne dass es er hierzu Aufzeichnungen oder eine Krankenkartei benutzt. Es entsteht so ein erlebnis- und gefühlsnaher Eindruck vom Referenten, vom Patienten und von ihrer Beziehung zueinander. Die Teilnehmer, die diesem Bericht zuhören, geben anschließend ihren Eindruck, ihre Gefühle und Fantasien dazu wieder. Hieraus entsteht ein **komplexes Bild der Arzt-Patienten-Beziehung**, das der Vortragende sich schweigend aus der Distanz in Ruhe betrachten kann. Er bekommt Anregungen für eine neue Sichtweise, blinde Flecken werden erhellt. Er erkennt seine Wirkung auf den Patienten und seine eigenen Verhaltensmuster.

Die Balint-Arbeit bietet einerseits ein **Stück Selbsterfahrung für den Arzt**, die allmählich zu einer "begrenzten aber doch wesentlichen Wandlung in seiner Persönlichkeit" (Balint) führt., andererseits lernt der Arzt, sich **stärker auf den Patienten und dessen Erleben zu konzentrieren** und dadurch über die Krankheit hinaus die Gesamtpersönlichkeit, den Ganzheitsaspekt im Auge zu behalten. Dies führt zu einer effektiven Therapie in entspannter Atmosphäre. Somit dient die Balint-Arbeit dem Wohle des Patienten und des Arztes.

Die Teilnahme an Balint-Gruppen ist in der Facharzt-Weiterbildung als Baustein verankert und zur Abrechnung der Leistungen der psychosomatischen Grundversorgung obligat.

Michael Balint - der Mann hinter der Bezeichnung Balint-Gruppe

Christa Becker | Dienstag, den 21. Juni 2005

Mein Hausarzt hat mir erzählt, dass er eine „Balint-Gruppe“ besuche. Das sei eine ärztliche Fortbildung über Psychosomatik, ergänzte er. Weil ich davon bislang noch nie gehört hatte, forschte ich weiter nach. So formte sich aus einem Begriff ein Name und schließlich die Geschichte eines Lebens heraus.



Zu Beginn des letzten Jahrhunderts machte die Medizin ungeheure Fortschritte: Robert Koch entdeckte die Erreger der Tuberkulose, Sigmund Freud entwickelte seine Psychoanalyse. Weniger bekannt dagegen ist der Arzt Michael Balint, sein Beitrag für die Medizin deshalb aber nicht weniger wichtig.

Am 03.12.1896 wurde Mihály Maurice Bergsmann in Budapest als Sohn eines Arztes geboren. Später legte er seinen Namen ab, benannte sich in Michael Balint um und wechselte von der jüdischen in eine christliche Religionsgemeinschaft. Schon früh las Balint die Bücher von Sigmund Freud und Alfred Adler, bezeichnete sich nach der Lektüre als „süchtig nach Psychoanalyse“ und besuchte Vorlesungen zu diesem Thema. Der Vater drängte ihn, ebenfalls Medizin zu studieren, obwohl die Physik, Biochemie und Mathematik ihn mehr faszinierten. Nach Abschluss des Studium wurde er am Ende des 1. Weltkriegs noch als Soldat eingezogen, kämpfte in Russland und den Dolomiten.

1920 ging er mit seiner jungen Frau nach Berlin, arbeitete dort im Labor von Otto Warburg, dem späteren Nobelpreisträger für Medizin und Physiologie des Jahres 1931, und schloss sein Doktorat in Biochemie ab. Die noch junge Wissenschaft der Psychologie beschäftigte ihn aber weiterhin. Nach einer psychoanalytischen Ausbildung führte er an der berühmten Charité-Klinik erste eigene Analysen an psychosomatischen Patienten durch.

1924 ging das Ehepaar Balint wieder nach Ungarn zurück, wo Michael schon bald eine führende Rolle in der Budapester Vereinigung von Psychoanalytikern übernahm. Er hielt viele Vorträge und gründete ein Seminar für Hausärzte, um diesen mit den Erkenntnissen der Psychosomatik eine Hilfestellung für die Praxis zu leisten. Nachdem sich die politischen Randbedingungen aber zunehmend verschärften, emigrierte Balint mit Frau und Sohn wenige Monate vor Beginn des 2. Weltkrieges nach England. 1939 verstarb völlig unerwartet seine Frau. Kurz darauf erfuhr er vom Freitod seiner Eltern, die in Ungarn geblieben waren und sich der drohenden Verhaftung durch die Nazis entziehen wollten.

Zunächst arbeitete er als psychologischer Berater an einer Klinik in Manchester, ging nach dem plötzlichen Tod seiner Frau nach London. Dort nahm er wieder auf, was ihm schon in Budapest das Wichtigste gewesen war: die Studien- und Gruppenarbeit mit praktischen Ärzten. Diese wird später nach ihm „Balint-Gruppe“ benannt. Balint war der Überzeugung, dass der Arzt selbst das am häufigsten verwendete Heilmittel sei. Wenn es einem Arzt gelänge, eine gute und vertrauensvolle Atmosphäre mit dem Patienten zu schaffen, habe dies allein schon eine heilende Wirkung. Häufig – so formulierte es Balint – liegen einer Krankheit seelische Konflikte zugrunde. Wenn ein Patient diese seinem Arzt mitteilen könne, brauche er nicht mehr die Symptome einer Krankheit präsentieren. Die Voraussetzung für eine solche Offenheit des Patienten sei, dass der Arzt ihn als Gesamtpersönlichkeit wahrnehme und nicht nur als ein kranker Mensch mit verschiedenen Symptomen, die es zu analysieren gilt. In seinem bekanntesten Buch „Der Arzt, sein Patient und die Krankheit“ beschreibt Balint diesen Konflikt und zeigt Lösungsvorschläge auf, damit der psychosomatisch erkrankte Patient nicht zum „Problempatient“ abgestempelt wird und von einem Arzt zum anderen durchgereicht wird, weil man der Ursache seiner Beschwerden nicht auf den Grund kommt.

Balint gelang es, in zahlreichen Vorträgen und Publikationen seine Arbeit bekannt zu machen, weltweit entstanden weitere Gruppen nach seinem Muster. Balint erfuhr große Anerkennung in Fachkreisen, wurde 1968 Präsident der Britischen Psychoanalytischen Vereinigung. Am 31.12.1970 starb Michael Balint.

Seine Idee lebt weiter. Denn auch heute noch spielt der Umgang mit psychosozialen Konflikten in der ärztlichen Ausbildung keine wichtige Rolle. Die Balint-Gruppen haben es sich zur Aufgabe gemacht, den Hausärzten eine Hilfestellung zu geben, wenn es in der Arzt-Patient-Beziehung zu Problemen kommt. Weil der Hausarzt meistens die erste Anlaufstelle für einen Erkrankten ist und er häufig auch die soziale, berufliche und familiäre Situation des Patienten kennt, kann er auch besten auf ihn eingehen.

Jede Gruppe wird von einem ausgebildeten Balint-Gruppenleiter geführt und findet meist 2 Mal im Monat über einen Zeitraum von 3 – 5 Jahren statt. Die Teilnehmer schildern im Wechsel eine Situation aus seiner Praxis. Gemeinsam wird die Lage dann

analysiert und eine Lösung erarbeitet. Diese Form der Fortbildung für praktische Ärzte hat sich mittlerweile so etabliert, dass die Teilnahme an einer Balint-Gruppe für psychosomatisch tätige Hausärzte und für die Fortbildung zum Facharzt vorgeschrieben ist. Sie steht aber nicht nur Ärzten, sondern auch Studenten offen.