

Die Balint- Gruppe – eine neue Elite ?!

Dr. J. Stoffel

Gewöhnlich verbindet sich mit dem Begriff Elite auch unter Zahnmedizinern die Vorstellung „auserlesener“ qualitativ hochwertiger, durch entsprechende Aus- Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen und auch materiell upgedateten high-tech Zahnheilkunde mit nicht zuletzt auch einem respektablen wirtschaftlichen Ergebnis. Für einige verbinden sich damit auch unterschiedliche Formen von Einfluss und Macht. Ziel der nachfolgenden Überlegungen ist nicht die Widerlegung einer solchen Sichtweise, sondern die Ergänzung mit jenen Aspekten patientenzentrierter Medizin, die allein eine ganzheitliche (zahn-) heilkundliche Gesundheit begründen und erst so den Anspruch einer Elite im akademischen wie ärztlichen Sinn erfüllen kann.

Ausgangspunkt ist dabei die in der Allgemeinmedizin schon seit Jahrzehnten akzeptierte Erkenntnis, dass eine Reihe von Krankheitsphänomenen letztlich nur als „psychosomatisch“ bzw. „somatoform“ angesehen und in bio-psycho-sozialen Zusammenhängen verstanden werden können.

Um solche Phänomene erkennen und behandeln zu können, bedarf es zum Einen solider theoretischer psychologischer und psychosomatischer Grundkenntnisse, zum Andern aber auch eines „Instrumentariums“, mit dem seelische Vorgänge jenseits gewohnter Messbarkeit im herkömmlich naturwissenschaftlichen Sinne auch dem Zahnmediziner für seinen ganz konkreten „schwierigen Fall“ erfahrbar und verstehbar gemacht werden und Lösungswege erkannt werden können.

Dies kann in einer entsprechenden Arbeitsgruppe erreicht werden, die in das Zentrum die von M. Balint in der Mitte des vergangenen Jahrhunderts entwickelte Methode der konkreten Fallarbeit stellt. Entlang der Beschreibung der wesentlichen Besonderheiten dieser Balint- Gruppenarbeit und in Gegenüberstellung zu den sonst geläufigen Denk- und Handlungsweisen in der (Zahn-) Medizin möchte ich darstellen, worin das Elitäre von Balint-Gruppen begründet ist.

Die Methode verändert den Stil der Begegnung und Auseinandersetzung

Bei einer Balintgruppe, die sich regelmäßig und zu verbindlich vereinbarten Terminen trifft, sitzen 8-12 Teilnehmer im Kreis in unverstelltem Blickkontakt

zueinander. Der seinen „Fall“ Berichtende benutzt üblicherweise kein geschriebenes Konzept. Der Gruppenleiter sorgt dafür, dass der Referierende angemessenen Raum für diesen freien Bericht hat, weder von Gruppenmitgliedern unterbrochen noch gar kritisiert werden darf. Erst nach diesem Fallvortrag oder evtl. einem ausschließlich dem Gruppenleiter vorbehaltenen Zwischenstopp wird der Berichtende aufgefordert, sich innerlich zurückzulehnen und sich den jetzt folgenden Wahrnehmungen, Empfindungen, Gedanken, Vermutungen, Fragen und Ideen der Gruppe zu stellen. Der Berichtende sammelt diese Rückmeldungen zunächst ohne unmittelbar darauf einzugehen solange, bis der Gruppenleiter ihn wieder in seine aktive Rolle zurückholt, ihn zu seinen Rückmeldungen auf die Äußerungen aus der Gruppe auffordert und ihm die Möglichkeit gibt, evtl. noch Ergänzungen oder Weiterführungen zum „Fall“ einzubringen. Die wesentliche Aufgabe des Gruppenleiters besteht darin, der Gruppe und dem Berichtenden zu verdeutlichen, was der vorgetragene Fall in der Gruppe auslöst und was dies bedeuten könnte, evtl. kann er seine eigenen Gedanken dann einbringen, wenn die Gruppe entweder ins Stocken oder ins Schwimmen gerät, bzw. ihm wesentlich erscheinende Aspekte auslässt.

Eine evtl. abschließende Sammlung von Lösungs-Ideen und Vermutungen über die weitere Entwicklung kann eine Gruppensitzung abrunden, bevor der Vortragende „das letzte Wort“ hat, was er aus dieser Gruppenarbeit an Anregungen mitnehmen wird.

Die Unterschiede zu sonst üblichen, meist singulären eher anonymen Fortbildungsveranstaltungen oder Diskussionsrunden sind deutlich:

Meist größere Gruppen in einem frontalen Setting bieten dem Einzelnen Schutz in der Masse hinter Tischen und vorbereiteten Konzepten, ohne die Erwartung, anderen wiederholt und in größerer Nähe zu begegnen, stellen aber den „Austausch“ sehr schnell in eine Einbahnstrasse, in ein hierarchieorientiertes Kraftfeld, in welchem der Gradmesser für das Wissen um die richtige und gültige Lösung davon abhängen wird, wer „vorne“ steht und wer „hinten“ sitzt, bzw. auch, wer die besseren Fähigkeiten zur (Selbst-) Darstellung innerhalb der Gruppe besitzt und deren Dynamik bestimmt. Eine Gruppe aber, die unbewusst damit

beschäftigt ist, eine Rangordnung von Alpha- bis Omega- Individuen zu erstellen und in der jeder und zu jedem Augenblick bereit sein muss, zum Schutz gegen Kritik an der eigenen Person als "Präventivschlag" Angriffe auf andere Meinungen oder gar Personen als Verteidigungsstrategie aufzubauen, bindet daran eine Menge Energie, verliert die innere Freiheit, sich ganz der Problemlösung zu stellen.

Diese Energie und Freiheit besitzt eine Balint-Gruppe uneingeschränkt, soweit es gelingt deutlich werden zu lassen, dass die vorgetragenen Fälle in aller Regel nicht dadurch „schwierig“ geworden sind, dass es dem berichtenden Kollegen am rechten Wissen und Können mangelt, sondern meist an vielschichtigen unbewussten „Fehlkontakten“ zwischen Arzt und Patient, manchmal auch an jenen seelischen Stolpersteinen, die wir alle in unterschiedlichem Maße uns selbst oder anderen vor die Füße werfen. Diese Erfahrung der Gleichheit vor dem Schicksal, trotz bestem handwerklichen Wissen und Können immer wieder zum „hilflosen Helfer“ werden zu können und sich mit und in das Patientenleid zu verstricken, ermöglicht jedem Einzelnen ein gewisses Stück an Selbsterfahrung und kann auch zu einem wachsenden solidarischen Wir- Gefühl – selbst bei fortgeschrittenen berufsgemischten Gruppen – führen. Auch wächst das Bewusstsein, dass eine Gruppe immer einen „höheren Intelligenz- Grad“ besitzt als die Summe Einzelner, was wiederum Impulse zur Selbstdarstellung dämpft. Einen entsprechenden, den Sozialisationsgrad erhöhenden Effekt bietet die Tatsache wiederholter und naher intensiver Begegnung im Gespräch, v.a. aber auch die Verbindlichkeit der gemeinsam beschlossenen Termine und damit die Verantwortung aller für alle.

Balint- Arbeit ist neuro-wissenschaftlich begründet

Ein weiterer wesentlicher Punkt ist, dass M. Balint schon vor einem halben Jahrhundert unbewusst in seiner Gruppenarbeit aufgegriffen hat, was erst in diesen Jahren die Neurowissenschaft aufzeigt, und was Balint- Arbeit als wissenschaftlich fundiert erscheinen lässt – vielmehr als übliche Frontalunterrichte:

Im menschlichen Gehirn ordnen sich unter dem Einfluss von regelmäßigen aus der Außenwelt aufgenommenen Reizen Nervenzellen mit gleichartigem Aktivitätsmuster zu einem synaptischen Netzwerk unter bestimmten Bahnungen, die zu bestimmten

Bewusstseinszuständen, Gedächtnisleistungen und Reaktionen führen. Diese Bewusstseinszustände schärfen die Sinnesorgane in ihrer Ausrichtung auf Auslese passender Muster von gleichartigen Reizen, was zu einem ständigen Abgleich führt. Neue Informationen bedürfen also einer gewissen Intensivität und Häufigkeit, sowie einer Bereitschaft des Systems, um dieses zu verändern.

Eine Balintgruppe bietet das personalisierte Analogon dazu:

Sie entspricht der Vernetzung organisierter Nervenzellverbände, deren aktueller Bewusstseinszustand die aus eigenen Vorerfahrungen (Wissen und Können) gespeicherte Gedächtnisinhalte abgleicht (ganzheitliches Aktivitätsmuster) mit den vom Berichtenden eingebrachten neuen Informationen. Dabei wird die allen Menschen angeborne „intuitive analytische Kompetenz“ genutzt, wobei es sich grundsätzlich auch hier immer nur um eine Momentaufnahme handeln kann, die stetiger Wandelbarkeit ausgesetzt bleiben muss und somit auch nicht den Anspruch erheben kann und will, für alle Zeiten absolut richtige Antworten abgegrenzt von falschen Antworten zu produzieren. Daraus folgt zwingend, dass erarbeitete Lösungswege nie ein Rezept, vielmehr „nur“ das momentan beste Handlungsangebot an denjenigen sein kann, der "seinen" schwierigen Fall im Mittelpunkt der Gruppe stellvertretend atmosphärisch anwesend werden lässt.

Sind dann neue Impulse stark genug, bestehende Bewusstseinszustände in der Gruppe verändernd zu beeinflussen, sind umgekehrt aber auch die rückgemeldeten Informationen aus der Gruppe für den Bewusstseinszustand des Berichtenden stark genug, um diese zu verändern, dann profitiert der gesamte „Organismus Gehirn“, die gesamte Gruppe und entwickelt einen neuen, leistungsfähigeren Bewusstseinszustand, der im Gedächtnis gespeichert werden kann und für neue Reaktionen mit einem höheren Grad an emotionaler Intelligenz zu Verfügung steht.

Da diese neue Erfahrung immer die Wahrnehmung möglichst vieler Sinne (Körpersprache des Berichtenden, was, und wie er spricht, Wahrnehmung eigener auflebender Gefühle und Körperreaktionen ...) beinhaltet und stellvertreten durch den Berichtenden auf dessen Patienten als ganzen Menschen gerichtet ist, ist auch die Lösung automatisch ganzheitlich orientiert. So kann das neue Wissen als Menschenwissen gegenüber Faktenwissen verstanden werden.

Anders eine anonyme, nicht vernetzte Gruppe bei einer einmaligen frontalen Fortbildungsveranstaltung zu Fakten- Wissen: Hier treffen meist einmalige von emotionalen Anteilen getrennte faktische Informationen als visuelle und auditive Reize auf den Bewusstseinszustand eines isolierten Einzelnen. Ist zudem dessen Leidensdruck –etwa fachliche Defizite und deren Folgen für den Praxisalltag – nicht überschwellig, wird, da von emotionalen Inhalten und der davon ausgehenden Energie befreit, das über Jahre gefestigte System gebahnter neuronaler Strukturen des Gehirns wenn überhaupt, dann nur unzureichende Aktivitätsmuster auslösen. Es wird sich also am Bewusstseinszustand, an Reaktionen und Speicherungen im Gedächtnis zumindest nichts nachhaltig ändern, es sei den, es gelingt durch die Erzeugung z.B. irgendeiner Form von Angst, unbewusst beispielsweise eine Schüler-Lehrer-Beziehung wiederaufleben zu lassen. Hier liefert dann das Autoritätsgefälle zwischen Referent und Zuhörenden die Energie für eine Umsetzung der geforderten Veränderung. Da diese Angst aber gründet auf eine eher diffuse und in der Realität meist gar nicht mehr aktuell vorhandene Bedrohungssituation, muss ein solcher Mechanismus als krankmachend weil neurotisierend angesehen werden. Zudem bleibt eine rein technisch orientierte Veränderung unvollständig in ihrer Wirkung für den Patienten als ganzen Menschen und sie befördert die zwischenmenschliche Entsolidarisierung in dem Maße, wie reines Wissen zwar Machtzuwachs nicht aber wachsende Menschlichkeit hervorbringt.

Balint- Arbeit fördert das Wachstum der Persönlichkeit

Damit ist eine dritte Unterscheidungsebene erreicht: Die Voraussetzungen, die Teilnehmer einer Balintgruppe wenn nicht schon anfänglich besitzen so doch um deren Erwerb bemüht sein müssen. Dazu gehört – von studentischen Gruppen abgesehen – die aktive Berufstätigkeit und hinreichende berufliche Erfahrung mit Rücksicht auf das zuvor gesagte, denn nur das, was auf allen Sinnesebenen und auch emotional erfahren worden ist, kann in zuvor beschriebenem Sinne auch genutzt werden. Natürlich ist es dabei auch unerlässlich, sich überhaupt der eigenen beruflichen Situation und dem Beziehungsgeschehen mit dem Patienten in allen Facetten stellen zu wollen, sich damit auseinandersetzen, mit anderen auszutauschen

und ggf. etwas verändern zu wollen und dabei neu erworbene Fähigkeiten im Bereich der emotionalen Intelligenz kontinuierlich trainieren zu wollen. Nachhaltigkeit erfordert aber zudem auch ein Vertrauen in die eigenen intuitiv- analytischen Fähigkeiten und deren Potenzierung in der Kompetenz der Gruppe. Diese innere Haltung ist nicht kompatibel mit der zuvor beschriebenen Chronifizierung des Schüler-Lehrer- Verhältnisses. Unterscheiden zu lernen zwischen der natürlichen Autorität eines dozierenden Spezialisten bezogen auf dessen begrenztes Arbeitsgebiet und das in der Aktualität eingeschränkte Zeitfenster und Umfeld, in welchem jenes zu betrachten ist, dies relativierend abzugleichen mit der eigenen Erfahrung über Jahre und in breitgefächerter praktischer Arbeit, rundet erst eine akademische Haltung im eigentlichen Sinn.

Auch hier erfahren wir den (Zahn-) Arzt in der üblichen Einzelkämpferrolle völlig anders. Seine Isolierung ist ein wesentlicher Teilaspekt der schon erwähnten Angst, aus der heraus er zunächst alles annimmt, was ihm "ex cathedra" vermittelt wird – logischerweise gewinnt dadurch auf der einseitig aktiven wissensvermittelnden Seite die Frage des charismatischen Nachdrucks wesentlich an Gewicht zulasten der inhaltlichen Qualität. Eine Relativierung kann aber mangels Austauschmöglichkeit mit anderen zumindest nicht unmittelbar stattfinden. Stattdessen kommt es nach einiger Zeit und Rückkehr in den Alltag in dessen Licht zu einer die vorhergehende narzisstische Kollusion zerstörenden Ernüchterung, zum "Denkmalsturz", der, statt in Erprobung und Training des Neuen, nicht selten in eine absolute Ablehnung des zuvor zu bereitwillig Nachgebeteten einmündet, was in dieser Radikalität ebenso wenig förderlich ist. Dagegen ist der Teilnehmer einer Balintgruppe getragen von sich wiederholenden Erfahrungen eigener Urteilsfähigkeit und Kompetenz, was nicht nur zu allseitiger Freiheit, Echtheit und Akzeptanz führt, sondern auch zu einer gewissen präventiven ikonoklastischen Grundhaltung, welche ihrerseits zu einer angemessen ausgewogenen Haltung gegenüber jeglicher Autorität führt. Dass dies – auch im besten akademischen Sinne - zu einer kultur- und gesellschaftskritischen Haltung führt, die jenseits individueller religiöser oder philosophischer Orientierungen immer nach dem Wohl des ganzen Menschen und der Menschlichkeit gesellschaftlicher Verhältnisse fragen wird, versteht sich nicht zuletzt dadurch, dass Balintarbeit ein Kind der Psychoanalyse ist.

Balint- Gruppe als Elitegruppe

Balint- Arbeit als Erfolgsmotor und burn-out-Prophylaxe

Worin kann also das Elitiäre einer Balintgruppe bestehen und inwiefern kann sie darüber hinaus zum Erfolgsmotor aber auch zur burn-out-Prävention werden ?

Unmittelbar für den beruflichen Rahmen wird die Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit über alle Sinneskanäle, die Steigerung von Einfühlungsvermögen, Fremd- und Selbstwahrnehmung und emotionaler Intelligenz, die Verbesserung auch der kommunikativen Fähigkeiten dazu führen, dass insbesondere psychische Vorgänge als Hintergrund von Erkrankungen ebenso wie Störungen der interpersonellen Beziehungen zu Patienten wie Mitarbeitern schneller und sicherer erfasst, diagnostiziert und konstruktiven Lösungen zugeführt werden können. Dies ist besonders dann zu erwarten, wenn reine Balint- Gruppenarbeit durch Übungen zur Gesprächsführung und Anamnese aber auch zur Systemanalyse zu "psychologisch-psychosomatischen Arbeitsgruppen" erweitert werden.

Eine solche Entwicklung spart allen Beteiligten Zeit und Geld, v.a. den Patienten einen unnötig verlängerten Leidensweg. Dies wird auch nicht nur das Ansehen einer Praxis sondern auch deren fachliche wie betriebswirtschaftliche Situation wesentlich verbessern und so zum Erfolgsmotor werden.

Darüber hinaus wird die Fähigkeit zur Abgrenzung einerseits, aber auch zum angstfreien, echten und wertschätzenden Sich-einlassen-können nicht nur die Arzt-Patienten-Beziehung verbessern, sondern auch der eigenen Gesunderhaltung dienen, indem sie dem eigenen burn-out vorbeugt und auf eine befriedigendere Gestaltung der beruflichen Arbeit hinwirkt.

Aber auch die eigene Person wird sich dabei wesentlich verändern:

Ist zwar die Abwesenheit von eigenen Neurosen und von Abhängigkeit aller Art nicht gerade Vorbedingung aber doch wünschenswert auch für die erfolgreiche Zusammenarbeit in einer Balintgruppe, so werden jene Faktoren doch immer positiv beeinflusst. Letztlich wird das Erlernen einer einfühlsamen, fassadefreien wertschätzenden Haltung ohne Vorurteile sowie kommunikative Kompetenz und Sozialverhalten gefördert .

Es resultiert das Wachstum einer Persönlichkeit, die gekennzeichnet ist durch eine konstruktive analytische Haltung und ein gesellschaftlich förderliches humanistisches, gesellschaftskritisches

demokratisches Sozialverhalten, geeignet zu führenden Aufgaben in der Gesellschaft im akademisch besten Sinne.

Dr. Joachim Stoffel
Sonthofen

Literatur beim Verfasser